Jacques Martel

Marele Dicționar al Bolilor și Afecțiunilor

Cauzele subtile ale îmbolnăvirii

EDIŢIE NOUĂ, REVIZUITĂ ŞI ADĂUGITĂ

BEST SELLER INTERNATIONAL

Editura Ascendent

Le grand dictionnaire des malaises et des maladies
Nouvelle édition revue et augmentée

© 2007 - Éditions Quintessence
Rue de la Bastidonne - 13678 Aubagne Cedex - France
Tél. (+33) 04 42 18 90 94 - Fax (+33) 04 42 18 90 99
info@holoconcept.eu

Pour le Canada : © Éditions Atma internationales
8400, boul. Henri-Bourassa, bur. 200
Québec (Québec) G1G 4E2 — Canada
Tél. (+1) 418 990-0808 – Fax (+1) 418 990-1115
Courriel : info@atma.ca — Site Web : www.atma.ca
Tous droits de reproduction et de traduction réservés pour tous pays.

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României

MARTEL, JACQUES
Marele dicţionar al bolilor şi afecţiunilor : cauzele subtile ale îmbolnăvirii / Jacques Martel ; trad.: Doina Anghel. - Bucureşti : Ascendent, 2012
Bibliogr.
ISBN 978-973-1859-69-9

I. Anghel, Doina (trad.)

61

Editor: Clara Toma
Coperta si tehnoredactare: Magda Căpraru

Toate drepturile aparţin Editurii Ascendent.
Reproducerea integrală sau parţială, sub orice formă, a textului din această carte este posibilă doar cu acordul scris al Editurii Ascendent.

Copyright@2012 Editura Ascendent
www.edituraascendent.ro
E-mail: office@editura ascendent.ro

Exprimări... editoriale despre Vindecare

Eu cred ca Sănătatea este o zestre cu care venim pe lume fiecare; Sursa creatoare, în inteligenţa şi generozitatea ei, ne-a înzestrat cu tot ceea ce avem nevoie pentru călătoria vieţii –hartă, ghizi, indicatoare şi resurse de toate felurile. Starea de sănătate este efectul capacităţii noastre de a ne ne conecta la planul înalt a cărui parte importantă suntem toţi. Uneori însă, ştim bine, deşi ne propunem o ţintă şi un drum bun pentru a ajunge la ea, se întâmplă să ne rătăcim; o alee ce ne pare mai scurtă, mai frumoasă sau mai... răcoroasă decât drumul ales iniţial, ne atrage, o luăm pe acolo şi începem să ne îndepărtăm de calea iniţială; ne putem îndeparta puţin doar, iar când vedem că aleea nu duce nicaieri, ne întoarcem; sau ne îndepărtăm atât de mult, încât nu mai rămâne timp pentru întoarcere chiar dacă avem resurse; ori avem timp. dar resursele cu care am fost înzestraţi la începutul călătoriei vieţii sunt (de) limitate.

Sănătatea se termină acolo unde începe dizarmonia, conflictul cu tine însuţi şi cu ceilalţi, frica, neîncrederea, necredinţa, vinovăţia, resentimentul, uitarea iubirii...

Iar toate acestea încep să se manifeste în viaţa noastră odată cu deconectarea de la resursele îndestulătoare cu care am fost înzestraţi, prin ignorarea legilor şi principiilor universului. Am fost creaţi ca Trup, Minte, Suflet. Fiecare din aceste părţi ale noastre sunt strâns conectate între ele şi conectate la Sursa creatoare. Când legătura dintre aceste părţi slăbeşte, sau când este distrusă, fiinţa noastră ca întreg pierde contactul cu Sursa. Şi atunci, singurele resurse pe care ne putem baza sunt cele interioarre, din zestea iniţială. Când mintea noastră suferă, pentru că nu înţelege ceva, pentru că e epuizată, suprasolicitată, insuficient folosită, pentru că se află în conflict cu inima sau pentru alte motive, suferă în egală măsură şi sufletul şi trupul. Când inima noastră plânge, pentru că se simte rănită, pentru că se simte dezamăgită, pentru că se simte însingurată sau pentru alte motive, suferă în egală măsura şi trupul şi mintea. Când trupul nostru e bolnav, pentru că a fost neîngrijit, pentru ca a fost agresat, pentru că a fost intoxicat, sau pentru alte motive, suferă în egală măsura şi mintea şi sufletul. Când măcar una din aceste părţi este în suferinţă, manifestăm, cel mai adesea şi cei mai mulţi dintre noi, neîncredere, frică, îndoială, conflict interior, vinovăţie, adică exact acele manifestări care stau la originea bolii. Intrăm într- un cerc vicios, pe o spirală descendentă, într-un labirint întortocheat şi întunecos. Odată rătăciţi şi deconectaţi de la Cale şi de la Sursă, proviziile devin din ce în ce mai sărace, noi din ce în ce mai speriaţi. Boala, starea de rău, ne ţin cu ochii în pământ, trişti, cu braţele încrucişate ori cu ele atârnând pe lângă noi a neputinţă. Căutăm ieşirea cu disperare şi ajungem adesea să rătăcim şi mai mult, să ne afundăm şi mai tare. Nu orice luminiş este locul unde trebuie să ajungem şi nu orice izvor e tămăduitor.

Ca să putem ieşi din fundătura unde am ajuns, bolnavi fiind, este nevoie să facem o "cale -întoarsă" cu mintea şi cu inima, să ne amintim acea decizie, acel act, acel gând, acea emoţie, acel conflict, acea slăbiciune, acea traumă, acea temere, etc. care ne-a determinat să facem primul pas ce ne-a îndepărtat de calea cea bună şi de sănătate. Ieşirea din cercul vicios se poate face printr-un pas lateral, nicidecum prin continuarea mersului înainte. Ieşirea dintr-un labirint întunecat se poate face prin inspiraţie, nicidecum prin căutarea unor repere orbecăind. Ieşirea dintr-o spirală descendentă se poate face printr-un salt în înălţime ori prin urcuşul treaptă cu treaptă, nicidecum prin săpături în adâncime. Ieşirea dintr-o prăpastie adâncă, atât de adâncă încât ecoul strigătului tău nu ajunge nicăieri, se poate face doar prin zbor...

Vindecarea presupune credinţă în sursa creatoare şi încrederea în resursele interioare. Odată ce ai ajuns, cu mintea şi cu inima, la acel punct in care ai pierdut calea cea bună, regăsirea ei şi reluarea călătoriei este posibilă. Totul este ca, chiar şi atunci când resursele trupului de a străbate drumul înapoi sunt limitate ori aproape inexistente, să ai credinţă şi încrederea că vei reuşi - prin intuiţie, printr-un pas lateral, prin salt în înălţime sau prin zbor...

Vindecarea nu o găseşti neapărat la capătul unei căi vindecătoare. Vindecarea este cel mai adesea, chiar Calea spre Vindecare. Iar Calea spre Vindecare trece întotdeauna prin punctul unde mintea, inima şi trupul se unesc şi devin Una cu Energia Creatoare şi cu Iubirea...

Vindecarea este în Tine.

Sper din toată ♥ că această lucrare al cărei editor am bucuria să fiu, să te ghideze către acel loc din tine însuţi/însăţi unde vei găsi resursa tămăduitoare cu care ai fost înzestrat(ă).

Sănătate şi Armonie vă doresc !

Clara Toma, editor
www.exprimari.wordpress.com

Mulţumiri

Aş dori să mulţumesc în mod special doamnei Lucie Bernier, pentru munca ei de colaborator în toţi aceşti ani de producţie a cărţii. Experienţa sa de viaţă, cea de psihoterapist, formarea ei în abordarea metafizicii de boli si stari de rau, spiritul de sinteză şi intuiţia au contribuit semnificativ la finalizarea acestei cărţi. (lucie.bernier@atma.ca)

O mulţumire specială domnului Claude Sabbah care de peste 40 de ani, prin expertiza sa excepţională, marea sa experienţă şi predare asupra biologiei totale a fiinţelor vii, sub formă de poveşti naturale, au activat în mine un impuls să merg chiar mai departe în cercetarea şi concluziile pe care LE-AM efectuat până în această zi. Mintea sa deschisa şi iubirea lui pentru fiinţa umană sunt un exemplu de perpetuat pentru mine, în special ştiind că iubirea este singurul vindecător în munca pe care o efectuăm pentru rezolvarea conflictelor care au adus boala să se manifeste.

Aş vrea să îi mulţumesc şi Domnului George Wright, psihoterapeut şi prieten apropiat, pentru sprijinul constant şi încurajarea pe care mi-a oferit-o faţă de munca depusă, care de multe ori mi se părea lungă şi prea laborioasă în anii de producţie a cărţii. (Www.groupe-ace.com george@groupe-ace.com)

Îi mulţumesc lui Gerard Athias pentru lucrările efectuate în stabilirea unei liste de cuvinte asociate cu conflicte, precum şi identificarea etimologică a denumirii de boli care sunt o sursă valoroasă de informaţii care pot facilita conştientizarea conflictului de la originea bolii şi pentru ca ne-a permis să utilizam aceste informatii in dicţionar. (Www.athias.net)

De asemenea, vreau să mulţumesc următoarelor persoane pentru participarea lor la realizarea acestei cărţi:

Mme Nicole Gagné
Mme Ginette Plante
Mme Denise Quintal
M. Simon Alarie
M. Paul-Émile Drouin
Mme Denise Boucher
M. Pierre Couture
Mme Nicole Cloutier
Dr Amaury Leclerc
M. Jean Dumas
Mme Ginette Caron
Mme Danielle East
Mme Louise Drouin
M. Laurent Chiasson
M. Bob Lenghan
Mme Fleurette Couture
Mme Catherine Guin

Tatălui meu: Noé Martel

Această carte este dedicată celor care caută Adevărul

PREFAŢĂ

Accept↓ ♥ să mă vindec

A conştientiza ce sunt şi ce sunt pe cale să devin este mereu extrem de captivant, cu atât mai mult atunci când ceea ce descopăr despre mine este frumos şi pozitiv. Ce se întâmplă însă când descoperirile care rezultă dintr-un proces de autocunoaştere mă pun în faţa faptului de a vedea faţete ascunse ale personalităţii mele, care implică şi necesitatea de a deveni conştientă de afecţiunile de care sunt atinsă , care s-au instalat ăn interiorul corpului meu ?

Ei bine, este ceea ce s-a întâmplat de-a lungul ultimilor ani, în care am realizat că maladiile s-au instalat subtil, din cauza emoţiilor prost gestionate, când, învăţând să armonizez acest vârtej emoţional, am reuşit să dobândesc puterea de a mă vindeca.

Bineînţeles, acceptarea faptului de a-mi prelua responsabilitatea în ceea ce priveşte sănătatea mea, a fost un proces îndelung, de introspecţie şi revizuire a valorilor, dar care mi-a dat certitudinea că am puterea de a mă vindeca.

Am avut privilegiul, din 1988, de a-l cunoaşte pe Jacques Martel şi de a dobândi cunoştinţe de-a lungul conferinţelor şi atelierelor ţinute de acesta. Jacques m-a ajutat să accept că boala, oricare ar fi ea, este o experienţă pozitivă, întrucât ea este o ocazie pentru mine de a mă opri, de a mă interoga asupra a ceea ce se întâmplă în viaţa mea. Boala mi-a dat ocazia să învăţ să cer ajutorul, lucru pe care eu îl evitam. Am învăţat să îmi reamintesc că a cădea este omenesc, dar a te putea ridica este divin şi că, pentru a te vindeca, este esenţial să te deschizi către ceilalţi, către tine însuţi şi mai ales către Iubire.

Această carte este un excepţional instrument de transformare, este o fereastră deschisă către lumea emoţiilor, care este încă puţin cunoscută. Dându-mi dreptul să mă iubesc şi să mă accept traversând toate emoţiile trăite, am făcut un pas important către armonie, pace, iubire.

Pe durata acestor ani cât am colaborat cu Jacques la naşterea acestei cărţi, am fost surprinsă să constat cantitatea foarte mare de timp investită, fără să mai amintesc de energia depusă pentru a canaliza aceste informaţii.

Ceea ce doresc fiecăruia, este să devină din ce în ce mai autonom, din ce în ce mai capabil de a afla de unde provin bolile şi afecţiunile care îl afectează. Această recunoaştere va servi procesului de prevenţie şi va aduce schimbările necesare în viaţă pentru recuperarea sănătăţii.

Multă sănătate !

Lucie Bernier,
psihoterapeut, coordonator al lucrării

INTRODUCERE

Sănătatea a fost întotdeauna un subiect de preocupare pentru mine. De fapt, chiar de la o vârstă fragedă, am început să mă confrunt cu probleme de sănătate, fără ştiu exact cauza. Mama mea, de asemenea, s-a confruntat cu situaţii dificile, care, au necesitat diverse îngrijiri (operaţiuni, tratamente), şi mulţi ani de spitalizare

În cazul meu, cum nu se putea găsi exact ceea de ce sufăr, o îndoială plana constant: mă gândeam că aceste probleme ar putea fi psihologice. Mi-am zis atunci: sau "este doar în mintea mea", sau"există un motiv pentru ceea ce se întâmplă". Am decis să optez pentru a doua şi atunci am început să cercetez ce m-a adus să trăiesc toate aceste nelinişti.

În 1978, am început să lucrez în domeniul sănătăţii, mai precis a suplimentelor alimentare. Am realizat atunci, de unul singur, în timpul consultărilor individuale pe care le dădeam, că ar putea exista o legătură între emoţii, gânduri şi boli. Am început intuitiv, să descopăr legături între anumite emoţii şi anumite boli. În 1988, atunci când m-am înscris la cursuri pentru dezvoltarea personală, am descoperit ceea ce se numeşte astăzi, abordarea metafizică de boli si stari de rău. Îmi aduc aminte cum împreună cu un grup consultam compilaţia de nelinişti şi de boli dezvoltate în cartea lui Louise Hay. Observam cum oamenii începeau ancheta asupra lor înşişi sau pe alţii ca să verifice validitatea a ceea ce înainta Louise, toţi vizibil pasionaţi de a descoperi noi căi de cercetare pentru a întelege mai bine ceea ce trăiesc.

De atunci, interesul meu în această abordare a continuat să crească, în special pentru ca m-am reorientat profesional în acest domeniu specific de creştere personală. De atunci, nu m-am oprit din a încerca să verific, prin intermediul consultărilor individuale, claselor sau atelierelor de lucru pe care le conduc, relevanţa acestor date cu privire la boli si stări de rau. Chiar şi astăzi, am uneori, fie la magazinul alimentar sau la xerox, pun întrebări oamenilor cu care mă întâlnesc pentru a încerca să înţeleg ceea ce trăiesc ei în acel moment, pentru a găsi link-ul cu boli şi stări de rău. Se uită la mine cu un aer uimit şi în acelaşi timp curios, întrebându-se dacă sunt clarvăzător sau un extraterestru pentru a reuşi să ştiu aşa de multe despre ei fără ca ei să îmi fi zis prea multe. De fapt, atunci când ştim să decodăm boli şi stări de rău şi că ştim la ce fel de emoţii sau gânduri sunt legate, este foarte uşor să înţelegi şi să îi spui unei persoane ceea ce trăieşte. Atunci le zic oamenilor că este pur si simplu cunoaşterea funcţionării a omului şi a legăturilor între gânduri, emoţii şi boală. Într-un fel le explic că am putea avea un calculator umplut cu aceste date, şi apoi să cerem cuiva să îşi spună boala sau neliniştea, iar informaţia despre viaţa personală a acestuia ar aparea clar, cu toate ca ei pot fi conştienţi sau nu de aceste fapte. Deci, **nu este vorba de clarviziune, este pur si simplu cunoaştere**.

Astăzi, cu experienţa şi cunoştinţele acumulate, pot afirma că este imposibil ca o persoana să sufere de diabet fără ca ea să nu resimtă în viaţa sa, un sentiment de tristeţe profundă sau de dezgust puternic faţă de o situaţie pe care a trăit-o. Pentru mine este imposibil ca o persoană să sufere de probleme la ficat fără ca ea să resimtă furie, frustrare, faţă de ea însăşi sau de faţă de alţii, şi aşa mai departe. Mi-a fost făcută de câteva ori remarcă următoare: „atunci când decodezi boli, faci special în aşa fel încât să se lege" şi urmează „toată lumea trăieşte furie, frustrare, chinuri şi respingeri". Acestora, le răspund că nu toată lumea reacţionează la fel. De exemplu, am crescut într-o familie de doisprezece copii, cu un tată alcoolic şi o mama depresivă. Fraţii şi surorile mele au avut aceeaşi părinţi ca mine, dar fiecare copil, inclusiv eu, va fi sau nu afectat, într-un fel diferit din motivul interpretării sale proprii a trăirii cu părinţii lui.

De ce? Pentru că suntem toţi diferiţi şi conştientizăm lucrurile diferit, fiecare pe drumul lui. Astfel, fenomenul de respingere poate declanşa o boală la o persoană dar nu neapărat şi la cealaltă. **Asta depinde de felul în care m-am simţit afectat, conştient sau inconştient.** Dacă stresul meu psihologic este suficient de mare, el va fi transpus, de către creier, într-un stres biologic sub forma de boală. În unul din atelierele mele despre abordarea metafizică de boli şi stări de rău, cu ocazia unui salon despre sănătatea naturală, bolile şi stările de rău pe care oamenii le-au împărtăşit cu mine au fost decodate destul de repede şi cu precizie, spre marea mea fericire. Puţin timp după, o prietenă care a fost în public la acest atelier îmi spune: „Jacques, ar trebui să fii atent când răspunzi oameniilor şi le dai un răspuns direct şi rapid. Persoanele din jurul meu au avut impresia că atelierul este aranjat dinainte, pentru a funcţiona". Bineînţeles că nici nu încape îndoială să fi fost astfel, aici trebuie înţeles urmatorul lucru:

- în primul rând, persoana afectată de boală ştie că ceea ce se spune este adevărat pentru ea, dar poate nu este aşa evident şi pentru ceilalţi care nu sunt afectaţi personal,

- în al doilea rând, ceea ce este nou şi apare pentru prima oară în conştiinţa poate să ne pară ireal. Să negi aceasta realitate poate să fie şi un fel a se proteja pentru a nu se simţi responsabil de ceea ce ni se întâmpla.

Aceasta este o anecdotă care ilustrează foarte bine această constatare. Celebrul inventator Thomas Edison a facut cunoştinţă cu membrii Congresului american pentru a le prezenta cea mai nouă invenţie a sa, phonographul, o maşinărie vorbitoare. S-a raportat că atunci când a pus în funcţiune invenţia, unii membri ai congresului l-au acuzat că ar fi un impostor, şi spunând ca trebuie să fie o scamatorie sau ceva necurat, pentru că pentru ei era imposibil ca o voce de om sa poată ieşi dintr-o cutie.

Timpurile s-au schimbat. Şi de aceea este important să rămâi deschis la idei noi care ar putea aduce răspunsuri inovante la multe din probleme. Multe persoane în Statele Unite şi în Europa au dezvoltat această abordare a legăturii existente între conflicte, emoţii, gânduri şi boală, şi asta face ca acest domeniu de investigare să fie cunoscut nu numai în Quebec dar şi în alte colţuri ale lumii.

Spun des în cursul conferinţelor mele, că am un mental foarte puternic, dar şi o intuiţie puternică şi că cea mare probă a vieţii mele a fost, şi este în continuare să le conciliez pe ambele. Formarea mea ca inginer electrician m-a dus la a concretiza aspectul logic şi raţional a lucrurilor. Fizica m-a învăţat că la fiecare cauză este legat un fapt real. Această lege a cauzalităţii, mai târziu, am putut să o aplic domeniului emoţiilor şi a gândurilor, chiar dacă sunt mai puţin tangibile ca fizica. Dar este asta adevărat? Chiar şi într-un domeniu care derivă din fizică, cum e electricitatea, lucrăm cu ceva care ochiul omului nu l-a văzut niciodată: electricitatea. De fapt, lucrăm cu efecte ca lumina, căldura, inducţia electromagnetică, s.a.m.d. În acelaşi fel, gândurile şi emoţiile nu sunt neapărat fizice în sensul propriu a cuvântului, dar pot avea repercusiuni fizice sub formă de boală şi nelinişte. De aceea unul din scopurile acestei cărţi este de a arăta că la ceva care nu este vizibil aşa cum sunt gândurile şi emoţiile, răspund reacţii fizice măsurabile care de multe ori se prezintă sub formă de boală şi nelinişte. Pot să măsor cât de înfuriat mă simt? Nu! Dar pot să îmi măsor temperatura atunci când am febră. Pot să măsor faptul că de multe ori am impresia că trebuie să lupt pentru a obţine ceea ce vreau? Nu! Dar pot măsura scăderea de globule roşii atunci când sufăr de anemie. Pot să măsor faptul că fericirea nu circulă suficient în viaţa mea? Nu! Dar pot măsura nivelul meu de colesterol şi să văd că e prea ridicat, şi aşa mai departe. Atunci dacă prind conştiinţa de gânduri şi de emoţii care au dus la dezvoltare de boli şi stări de rău, se poate ca schimbând aceste gânduri şi emoţii să îmi regăsesc sănătatea? Afirm ca da!

Totodată, se poate ca treaba să fie mai complexă decât îmi dau seama conştient. De aceea se poate să am nevoie să apelez la alţi oameni lucrând în domeniul medical sau altor oameni folosind alte metode profesionale pentru a mă ajuta să efectuez schimbarea în viaţa mea. Dacă trebuie să mă operez şi că înţeleg ce m-a adus să trăiesc o astfel de situaţie, este posibil să îmi revin mult mai repede decât o altă persoană care nu a vrut să ştie ce se întâmplă în viaţa lui sau pur si simplu l-a ignorat.

În plus, dacă nu am înţeles mesajul din boala mea, operaţia sau tratamentul va face să pară că boala dispare, dar aceasta va putea să repercuteze sub un alt aspect, o altă formă asupra corpului meu, mai târziu.

Este de sperat ca din ce in ce mai mult firme vor lua aminte de beneficiile care le aduce să îşi ajute angajaţii în parcursul lor personal, pe plan emoţional. Asta va permite să scadă numărul de accidente în firmă, şi rata de absenţă, şi va creşte eficacitatea individuală. Dacă viaţa mea personală, familială sau profesională face să nu mă simt bine vis-a-vis de mine, sunt mai multe şanse să îmi „atrag”, chiar şi inconştient, o boală sau un accident pentru a putea pleca în concediu sau ca să primesc îngrijire personală.

Ideea de a face un dicţionar mi-a venit în 1990, şi în 1991 m-am pus pe treaba. Atunci, habar nu aveam de munţii de muncă care aveau să mă aştepte, şi mulţumesc că a fost aşa, căci dacă ştiam, nu aş fi pus în mişcare acest proiect. Dar mi-am zis „fiecare lucru la timpul lui! O să reuşesc; voi munci până voi fi suficent de satisfăcut pentru a publica această lucrare.”

Menţionez acest lucru, pentru că a fost nevoie de foarte multă muncă, energie şi voinţă pentru a face aceste schimbări asupra sa. Un scriitor american a scris într-o zi: **„doar cei curajoşi şi cei aventuroşi vor trece prin experienţa cu Dumnezeu”**. Ce înţeleg eu din acest pasaj este că determinarea mea de a trece peste obstacole şi curajul de a experimenta căi noi pentru mine, îmi vor procura anumite stări de reuşită şi stare de bine. Această stare de bine corespunde sănătăţii fizice, mentale şi emoţionale.

Din 1978 până 1988, am lucrat în domeniul complementelor alimentare numite, metoda orthomoleculare, aceasta semnifică „să oferi organismului nutrienţi necesari, cum ar fi vitaminele, mineralele şi altele sub formă de alimente sau suplimente alimentare pentru a te menţine la o sănătate optimala”. Mă bazam atunci pe nişte lucrări de psihiatrii şi alţi doctori, biochimişti şi diverşi căutători canadieni şi americani care, prin experienţe, au demonstrat că dacă dai nutrienţii necesari, se poate îmbunătăţi, ba chiar vindeca în unele cazuri sănătatea fizică, mentală şi emoţională. De fapt, există mai multe abordări pentru a obţine o **sănătate optimă** şi fiecare are importanţa lui, fiecare acţionând într-un fel sau altul asupra toate aspectelor corpului nostru. În 1996, am vazut un reportaj la televizor despre “Columbia-Presbyterian Hospital” din New York, unde era vorba despre un pacient, domnul Joseph Randazzo care avea sa fie operat pentru trei by-passuri coronare. Acest pacient a beneficiat de şedinţe de vizualizare, de tratament energetic, de reflexologie înainte de operaţie. În timpul operaţiei beneficia de tratament energic. După operaţie, tot acest pacient a participat din nou la şedinte de vizualizare, a primit tratamente energetice şi de reflexologie pentru a putea să se recupereze mai repede. Aceste intervenţii şi-au dus fructul căci pacientul s-a recuperat mult mai repede după această intervenţie decât ar fi făcut-o un alt pacient în condiţii normale. Doctorul practicant, Mehmet Oz, menţiona faptul că face aceeaşi experienţă cu alţi 300 de pacienti pentru a analiza rezultatul şi de a adăuga aceste terapii alternative tratamentului medical convenţional.

Această carte se vrea deci ca un complement adus tuturor abordărilor, fie ele medicale sau în legătură cu metodele alternative. Cartea tratează deci abordarea alopată, mai mult medicinală, şi cea a abordării holistice care cuprinde mai mult aspectul fizic, mental, emoţional şi spiritual al fiinţei mele. Îmi doresc cu ardoare ca toţi profesioniştii sănătăţii, la orice nivel ar fi ei, să se folosească de acest dicţionar în completarea practicii lor, ca **un obiect al muncii şi investigaţiei**, pentru a-şi ajuta pacienţii în procesul lor de vindecare. Personal, am experimentat operaţiile, medicina tradiţională, medicamentele, acupunctura, tratamentele energetice, radiestezia, naturopatia, masajele, terapia prin culori, dietetica, vitaminoterapia, eşentele florale ale Dr. Bach, chiropractica, ortoterapia, iridologia, psihoterapia, rebirth-ul (respiraţie conştientp), homeopatia s.a.m.d. Ştiu că dacă o tehnică era valabilă pentru toată lumea, aceasta ar fi singura folosită. Dar nu este cazul, căci fiinţa umană este animalul de pe planetă care are cele mai multe posibilităţi dar şi cea mai mare complexitate.

Acesta e motivul pentru care trebuie să încerc să înţeleg de unul singur ceea ce trăiesc ajutat de ceilalţi, la nevoie, în domeniul respectiv competenţei lor. Acelaşi autor pe care l-am menţionat şi mai sus scria o dată: **„TREBUIE SĂ ÎNVĂŢĂM DE LA CEI CARE ŞTIU”**. Astfel eu trebuie să caut ce este cel mai bun din fiecare profesie. Când sunt față în față cu un medic, mă gandesc că el știe și mai multe decât mine despre medicină și că trebuie să fiu atent la ce are să îmi spună și la ce îmi propune, lăsându-mi libertatea de a alege singur continuarea orientării mele. La fel când sunt în fața unui acupunctor, sunt atent la ce îmi zice sau la tratamentul pe care îl propune, pentru că el știe mai bine cum funcționează echilibrul energetic al corpului meu vis-a-vis de meridianele mele. Și așa mai departe pentru toate celalalte profesii.

Într-o zi, o doamnă îmi spunea că ea nu crede în toate poveștile despre gânduri și emoții în legătură cu bolile. I-am răspuns că nu este nevoie să creadă. După ce i-am citit câteva texte care se raportau unor boli și stări de rău pe care le avuse sau le mai avea, am putut să remarc că atitudinea sa se schimbase și că era mai receptivă la această abordare. De fapt, este o parte din mine care știe ce se întâmplă și știe că ceea ce se spune despre mine corespunde la ceea ce trăiesc și că nu este doar o întâmplare. Aici trebuie să fim prudenți: nu trebuie să mă simt vinovat de ceea ce mi se întâmplă și să cred că mi se spune că e vina mea dacă sunt bolnav.

Sunt responsabil de ceea ce mi se întâmplă, dar în majoritatea cazurilor, nu este vina mea. **Este necunoașterea legilor care regizează gândurile și emoțiile asupra corpului fizic cea care mă face să trăiesc stări de rău și de boli. Trebuie deci să aflu calea mea personale, sau în sensul mai larg, a căii mele spirituale.** Acolo unde am descoperit că este prea puțină dragoste sau deloc, trebuie să redescopăr ca dragostea există totuși. Nu e evident, o să îmi spuneți! Dar chiar asa e. Dacă mp arunc de la un balcon și îmi rup un picior, o să zic că Dumnezeu m-a pedepsit? De fapt, există o lege care se cheamă legea gravitației care are tendința de a mă duce înapoi spre pământ. Această lege nu e nici bună, nici rea, este legea gravitației. Pot să argumentez cât vreau și să mă supăr pe ea pentru că din cauza ei mi-am rupt piciorul; asta nu va schimba nimic, căci, **LEGEA E LEGE.** Astfel explicăm că toate bolile vin dintr-o lipsă de dragoste. Se zice că **dragostea vindecă tot**. Atunci, dacă e adevărat, n-ar ajunge să aducem dragoste ca să ne vindecăm?

Este adevărat, în unele cazuri. De fapt, e ca și cum dragostea ar trebui să intre prin anumite porți pentru ca vindecarea să aibă loc, prin aceste porți care au fost închise dragostei în momentul rănilor mele anterioare. Iată o arie întreaga de descoperiri și luări aminte!

Această carte nu are ca scop direct să aducă soluții boliilor și stărilor de rău, ci mai degrabă pentru a mă ajuta să aflu că boala sau starea de rău pe care o resimt vine din gândurile și emoțiile mele, și din acest moment, pot să îmi ofer șansele care le consider necesare pentru a aduce schimbări în viața mea.

Simplul fapt de a ști de unde provine starea mea de rău sau boala mea, poate să aducă schimbări în corpul meu fizic. În unele cazuri chiar, schimbarea pozitivă poate să fie de 50% și poate chiar să mearga până la 100%, adică vindecarea completă.

Pentru mine, atunci când am luat cursuri de dezvoltare personală în 1988 și am putut să descopăr schimbările care aveau loc în mine, am avut sentimentul că începeam să renasc și am văzut cum apare la orizont speranța unor zile mai bune. Aveam în sfârșit un mijloc prin care să procesez schimbări importante în viața mea și să văd rezultatele. Trebuia să acționez căci eram într-o reacție în raport cu autoritatea și trăiam foarte multe respingeri, abandon și neînțelegere. **Știam toate aceste lucruri, dar mai trebuia să și găsesc un mijloc de a le schimba, de a vindeca rănile mele interioare.** De aceea m-am implicat în acest domeniu de activitate care este dezvoltarea personală. Munca mea îmi permitea să lucrez asupra mea în același timp în care lucram să îi ajut și pe ceilalți să își deschidă conștiința. **Cred cu sinceritate că fiecare dintru noi poate să își ia soarta în mâni din ce în ce mai autonom și că fiecare dintre poate accede la un nivel de înțelepciune, dragoste și libertate superioară! Toți o merităm.**

Dictionarul se vrea ca un obiect al deschiderii conștiinței și a căutării de sine. Atunci când se întâmplă ceva în legătură cu sănătatea mea, merg să citesc ce e scris în dicționare pentru a fi și mai conștient de ceea ce se întâmplă. Ființa umană are tendința facilă de a oculta, adica de a face să dispară din memoria sa conștientă ceea ce îl deranjează. Astfel, atunci când citesc din dicționar, o fac cu ochii cuiva care dorește să învețe și să fie și mai conștient despre ceea ce i se întâmplă. Partea mea mentala și intelectuală ia informația cu care trebuie să lucrez. **Căci singura mea putere adevărată, este puterea asupra mea; sunt creatorul vieții mele. Și cu cât sunt mai conștient de asta, cu atât mai mult pot să fac schimbările potrivite.**

De un secol, și mai precis în ultimii 50 de ani, am făcut un salt extraordinar în domeniul tehnologic, ceea ce a permis, bineînțeles în unele cazuri, să ne amelioreze condițiile de viață. În ciuda acestor progrese, nu ne dăm bine seama că știința nu are răspuns la tot și că există, pe pământ, multe femei și bărbați care suferă de boli. Că trăim într-o țară industrializată sau în dezvoltare, trebuie să luăm aminte de noi înșiși și să ne confruntăm cu întrebările următoare: Cine sunt? Unde mă duc? Care e scopul meu în viață? **Este important să mă folosesc de carte ca de un instrument pentru înțelegere, investigare și transformare.**

Dacă îmi vin idei noi în timp ce citesc textele, pot foarte bine să le completez cu propriile mele cuvinte. **Dicționarul acesta trebuie să devină un instrument viu la care fiecare dintre noi își poate aduce contribuția.** Astfel unele pasaje din carte, au fost redactate la cererea anumitor persoane. Vă urez deci „Lectură plăcută”!

Jacques Martel
Psychotherapeut

CUPRINS

1. A SCUIPA SÂNGE *Vezi: SÂNGE* ... 52
2. ACCIDENT VASCULAR CEREBRAL *Vezi: CREIER* ... 52
3. ACIDITATE GASTRICĂ *Vezi: STOMAC-ARSURI* ... 52
4. ACIDOZĂ *Vezi: şi GUTĂ, REUMATISM* ... 52
5. ACNEE *Vezi: PIELE* ... 52
6. ACRODERMATITA *Vezi: PIELE* ... 52
7. ACROMEGALIE *Vezi: OS* ... 52
8. ACROKERATOZA *Vezi:PIELE* ... 52
9. ACUFENA *Vezi: URECHI* ... 52
10. ACUMULARE LICHID SINOVIAL *Vezi: BURSITĂ* ... 52
11. AFAZIA *Vezi şi: ALEXIA CONGENITALĂ, VORBIRE* ... 53
12. AFONIA SAU STINGEREA VOCII ... 53
13. AFTĂ *Vezi: GURĂ — AFTĂ* ... 54
14. AHILE *Vezi: TENDONUL LUI AHILE* ... 54
15. ALCOOLISM *Vezi şi: ALERGII [ÎN GENERAL], CANCER LA LIMBĂ, FUMAT, DEPENDENŢĂ, DROGURI, SÂNGE — HIPOGLICEMIE* ... 54
16. ALEXIE CONGENITALĂ (cecitate verbală) ... 56
17. ALERGIE *Vezi şi: ALCOOLISM, ASTM* ... 57
18. ALERGIE LA ANIMALE (în general) ... 59
19. ALERGIE LA ANTIBIOTICE ... 59
20. ALERGIE LA ARAHIDE (unt sau ulei) ... 60
21. ALERGIE LA CAI ... 60
22. ALERGIE LA CÂINI ... 60
23. ALERGIE LA CĂPŞUNI ... 61
24. ALERGIE — FEBRA FÂNULUI (alergia la polen) ... 61
25. ALERGIE LA LAPTE SAU LA PRODUSELE LACTATE ... 62
26. ALERGIE LA ÎNŢEPĂTURI DE VIESPE SAU DE ALBINĂ ... 63
27. ALERGIE LA PENE ... 63
28. ALERGIE LA PEŞTI SAU FRUCTE DE MARE ... 64
29. ALERGIE LA PISICI ... 64
30. ALERGIE LA POLEN *Vezi: ALERGIE — FEBRA FÂNULUI* ... 64
31. ALERGIE LA PRAF ... 64
32. ALERGIA LA SOARE ... 65
33. ALOPECIE *Vezi: PĂR — CALVIŢIE* ... 65
34. ALUNIŢĂ *Vezi: PIELE — MELANOM* ... 65

35. ALZHEIMER (boala lui...) *Vezi şi: AMNEZIE, SENILITATE* ... 65
36. AMENOREE (absenţa menstruaţiei) *Vezi: MENSTRUAŢIE — AMENOREE* ... 66
37. AMFETAMINĂ (consum de...) *Vezi: DROGURI* ... 66
38. AMIGDALE — AMIGDALITĂ *Vezi şi: GÂT, INFECŢII* ... 66
39. AMIOTROFIE *Vezi: ATROFIE* ... 68
40. AMNEZIE *Vezi şi: MEMORIE [PIERDEREA MEMORIEI]* ... 68
41. AMORŢEALĂ ... 68
42. AMPUTARE *Vezi şi: AUTOMUTILARE* ... 69
43. ANCHILOZA (stare de...) *Vezi şi: ARTICULAŢII [ÎN GENERAL], PARALIZIE [ÎN GENERAL]* ... 70
44. ANDROPAUZĂ *Vezi şi: PROSTATĂ / [ÎN GENERAL] / [AFECŢIUNI ALE...]* ... 70
45. ANEMIE *Vezi: SÂNGE — ANEMIE* ... 71
46. ANEVRISM (arterial) *Vezi şi: SÂNGE — HEMORAGIE* ... 71
47. ANGINA (în general) *Vezi şi: GÂT [DURERI DE...]* ... 71
48. ANGINA PECTORALĂ *Vezi şi: INIMĂ♥ / [ÎN GENERAL] / INFARCT [DE MIOCARD]* ... 72
49. ANGIOM (în general) *Vezi şi: PIELE — ANGIOM PLAN, SÂNGE — CIRCULAŢIE SANGUINĂ, SISTEM LIMFATIC* ... 74
50. ANGIOM PLAN *Vezi: PIELE — PETE DE VIN* ... 74
51. ANGOASĂ *Vezi şi: ANXIETATE CLAUSTROFOBIE* ... 74
52. ANOREXIE MENTALĂ *Vezi şi: APETIT [PIERDEREA APETITULUI...], BULIMIE, GREUTATE [EXCES DE...]* ... 75
53. ANTRAX *Vezi: PIELE— ANTRAX* ... 78
54. ANURIE *Vezi: RINICHI — ANURIE* ... 78
55. ANUS ... 78
56. ANUS — ABCES ANAL *Vezi şi: ABCES [ÎN GENERAL]* ... 79
57. ANUS — MÂNCĂRIMI ANALE *Vezi şi: PIELE— MÂNCĂRIME* ... 79
58. ANUS — DURERI ANALE *Vezi şi: DURERE* ... 79
59. ANUS — FISURI ANALE ... 80
60. ANUS — FISTULE ANALE *Vezi şi: FISTULE* ... 80
61. ANXIETATE *Vezi şi: ANGOASĂ, NERVI [CRIZĂ DE ...], NERVOZITATE, SÂNGE — HIPOGLICEMIE* ... 80
62. APATIE *Vezi şi: SÂNGE— ANEMIE / HIPOGLICEMIE / MONONUCLEOZĂ* ... 81
63. APENDICITĂ *Vezi şi: ANEXA III, PERITONITĂ* ... 81
64. APETIT (exces de...) *Vezi şi: BULIMIE, SÂNGE — HIPOGLICEMIE* ... 82
65. APETIT (lipsa poftei de mâncare) *Vezi şi: ANOREXIE* ... 83
66. APNEE ÎN SOMN *Vezi: RESPIRŢIE [AFECŢIUNI LEGATE DE...]* ... 83

67. APOPLEXIE *Vezi: CREIER — APOPLEXIE* 83
68. ARITMIE CARDIACĂ *Vezi: INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ* 83
69. ARSURI *Vezi și: ACCIDENT, PIELE [ÎN GENERAL]* 83
70. ARSURI LA STOMAC *Vezi: STOMAC — ARSURI LA STOMAC* 85
71. ARTERE *Vezi: SÂNGE — ARTERE* 85
72. ARTERIOSCLEROZĂ *Vezi și: SÂNGE/ ARTERE/ CIRCULAȚIE SANGUINĂ* 85
73. ARTICULAȚII (în general) *Vezi și: ARTRITĂ — ARTROZĂ* 86
74. ARTICULAȚII — ENTORSĂ 87
75. ARTICULAȚII TEMPORO-MANDIBULARE *Vezi: GURĂ [afecțiuni ale...], MAXILARE [DURERI DE...]* 88
76. ARTRITĂ (în general) *Vezi și: ARTICULAȚII [ÎN GENERAL], INFLAMAȚII* 88
77. ARTRITĂ — ARTROZĂ *Vezi și: ARTICULAȚII, OASE* 89
78. ARTRITA DEGETELOR *Vezi: DEGETE — ARTRITĂ* 90
79. ARTRITĂ GUTOASĂ *Vezi: GUTĂ* 90
80. ARTRITĂ— POLIARTRITA REUMATOIDĂ 90
81. ARTROZA *Vezi: ARTRITĂ — ARTROZĂ* 91
82. ASFIXIE *Vezi: RESPIRAȚIE — ASFIXIE* 91
83. ASTENIE NERVOASĂ *Vezi: BURNOUT* 91
84. ASTIGMATISM *Vezi: OCHI — ASTIGMATISM* 92
85. ASTM *Vezi și: ALERGII, PLĂMÂNI [AFECȚIUNI LA...], RESPIRAȚIE* 92
86. ASTMUL BEBELUȘULUI 94
87. ATAC CARDIAC *Vezi: INIMĂ♥ — INFARCT [... DE MIOCARD]* 94
88. ATAXIE LUI FRIEDREICH 94
89. ATROFIE *Vezi și: MUȘCHI — MIOPATIE* 95
90. AUTISM 95
91. AUTOLIZA *Vezi: SINUCIDERE* 96
92. AUTOMUTILARE *Vezi și: AMPUTARE* 96
93. AUZ *Vezi: URECHI — SURZENIE* 97
94. AVORT SPONTAN *Vezi: NAȘTERE— AVORT* 97
95. AXILA *Vezi și: MIROS CORPORAL* 97
96. BACTERIE MÂNCĂTOARE DE CARNE (infecție cu...) 98
97. BALONARE *Vezi și: STOMAC / [ÎN GENERAL] / GAZE* 98
98. BASEDOW (boala lui...) *Vezi: GLANDA TIROIDĂ — BOALA LUI BASEDOW* 99
99. BAZIN *Vezi și: ȘOLDURI [AFECȚIUNI ALE...], PELVIS* 99
100. BĂȘICĂ *Vezi: CHIST PIELE / [ÎN GENERAL] / [AFECȚIUNI ALE...]* 99
101. BĂȘICĂ *Vezi: PIELE— BĂȘICI* 100
102. BĂTĂTURI LA PICIOARE *Vezi: PICIOARE — BĂTĂTURI* 100

103. BĂTĂTURI *Vezi: PICIOARE — BĂTĂTURI* 100
104. BĂUTORI DE LAPTE (sindromul...) *Vezi și: ACIDOZĂ, APATIE* 100
105. BÂLBÂIALĂ *Vezi și: GURĂ, GÂT [ÎN GENERAL]* 100
106. BÂZÂIT ÎN URECHI *Vezi: URECHI — BÂZÂIT ÎN URECHI* 101
107. BEȚIE *Vezi: ALCOOLISM* 101
108. BILIARI (calculi...) *Vezi: CALCULI BILIARI* 101
109. BOALA BAISER *Vezi: MONONUCLEOZA INFECȚIOASĂ* 101
110. BOALA CĂRNII TOCATE, SINDROMUL BARBEQUE 102
111. BOALA BECHTEREWS 102
112. BOALA HANSEN *Vezi: LEPRA* 102
113. BOALA IMUNITARĂ Vezi: SISTEM IMUNITAR 102
114. BOALA LA COPIL *Vezi și: BOLILE COPILĂRIEI* 102
115. BOALA LUI ADDISON *Vezi și: GLANDE SUPRARENALE* 102
116. BOALA LUI BOUILARD *Vezi: REUMATISM* 102
117. BOALA LUI DUPUYTREN *Vezi: MÂINI- BOALA LUI DUPYTREN* 103
118. BOALA LUI FRIEDREICH *Vezi: ATAXIA FRIEDEICH* 103
119. BOALA LUI HODGKIN *Vezi: HODGKIN* 103
120. BOALA LUI MENIERE *Vezi: MENIERE* 103
121. BOALA LUI PARKINSON *Vezi: CREIER-PARKINSON* 103
122. BOALA LUI RAYNAUD *Vezi: RAYNAUD* 103
123. BOALĂ 103
124. BOALĂ CRONICĂ *Vezi: CRONIC* 103
125. BOALĂ IMAGINARĂ *Vezi și: IPOHONDRIA* 103
126. BOALĂ INCURABILĂ 103
127. BOALĂ INFANTILĂ *Vezi: BOLI ALE COPILĂRIEI* 103
128. BOALĂ KARMICĂ 104
129. BOALĂ MENTALĂ *Vezi: NEBUNIE, NEVROZĂ, PSIHOZĂ* 104
130. BOALĂ PSIHOSOMATICĂ 104
131. BOALA SOMNULUI Vezi: NARCOLEPSIE 104
132. BOALĂ TRANSMISĂ SEXUAL *Vezi: VENERICĂ (BOALA...)* 104
133. BOALA VACII NEBUNE Vezi: CREIER- CREUTZFELD-JAKOB 104
134. BOALĂ VENERICĂ *Vezi: VENERICĂ* 104
135. BOLI AUTO-IMUNE *Vezi și: SISTEM IMUNITAR* 104
136. BOLI EREDITARE *Vezi și: INFIRMITĂȚI CONGENITALE* 104
137. BOLILE COPILĂRIEI (ÎN GENERAL) *Vezi și: BOALA LA COPIL* 105
138. BOLILE COPILĂRIEI –RUBEOLĂ 105
139. BOLILE COPILĂRIEI- RUJEOLĂ 105

140. BOLILE COPILARIEI- SCARLATINA 106
141. BOLILE COPILĂRIEI – TUSEA MĂGĂREASCĂ 106
142. BOLILE COPILĂRIEI- VARICELA 106
143. BOUILLAUD (boala lui...) *Vezi: REUMATISM* 106
144. BRADICARDIE *Vezi: INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ* 106
145. BRAȚE (în general) 106
146. BRAȚE (afecțiuni la...) 107
147. BRIGHT (boala lui...) *Vezi şi: RINICHI [PROBLEME RENALE]* 109
148. BRONHII (în general) *Vezi şi: PLĂMÂNI* 109
149. BRONHII — BRONȘITĂ *Vezi şi: PLĂMÂNI [AFECȚIUNI LA...]* 110
150. BRONHOPNEUMONIE *Vezi şi: PLĂMÂNI [AFECȚIUNI ALE...]* 110
151. BRUXISM *Vezi: DINȚI [SCRÂȘNIT DIN DINȚI...]* 111
152. BTS (BOLI TRANSMISIBILE SEXUAL) *Vezi: VENERICE (BOLI..)* 111
153. BUCAL (herpes...) *Vezi: HERPES [...BUCAL]* 111
154. BUERGER (boala lui...) *Vezi şi: BRAȚ, FUMAT, INFLAMAȚIE, PICIOARE, SÂNGE — CIRCULAȚIE SANGUINĂ* 111
155. BUFEURI DE CĂLDURĂ *Vezi: MENOPAUZĂ* 111
156. BURNETT (sindromul lui...) *Vezi: BĂUTORI DE LAPTE [SINDROMUL...]* 111
157. BURNOUT SAU EPUIZARE *Vezi şi: ASTENIE NERVOASĂ, DEPRESIE* 111
158. BURSITA *Vezi şi: ARTRITĂ, BRAȚE [afecțiuni ale ...], COATE, UMERI, INFLAMAȚIE, GENUNCHI..., TENDONUL LUI AHILE* 112
159. BURTĂ SAU ABDOMEN *Vezi şi: BALONARE [... A ABDOMENULUI], INTESTINE [AFECȚIUNI ALE...]* 113
160. BULIMIA *Vezi şi: ANOREXIE, APETIT [EXCES DE...], GREUTATE [EXCES DE...]* 113
161. BURTĂ (durere de...) *Vezi: DURERE DE BURTĂ* 114
162. BUZE 114
163. BUZE USCATE, CRĂPATE 115
164. CAECUM *Vezi: APENDICITĂ* 116
165. CALCANEUM *Vezi: CĂLCÂI* 116
166. CALCULI (în general) *Vezi şi: CALCULI/BILIARI/RENALI* 116
167. CALCULI BILIARI SAU LITIAZĂ BILIARĂ *Vezi: FICAT (DURERE DE FICAT), SPLINĂ.* 116
168. CALCULI RENALI SAU LITIAZĂ RENALĂ *Vezi şi: RINICHI* 117
169. CALOZITATE *Vezi: PIELE, PICIOARE –CALUS ȘI BĂTĂTURI* 118
170. CALVIȚIE *Vezi: PĂR – CALVIȚIE* 118
171. CANAL CARPIAN (sindromul...) *Vezi: CRAMPA SCRIITORULUI* 118
172. CANCER (în general) *Vezi şi: TUMORĂ (TUMORI)* 118

173. CANCER AL ALUNIȚEI *Vezi: PIELE — MELANOM MALIGN* 120
174. CANCER AL BRONHIILOR *Vezi şi: BRONHII – BRONȘITĂ* 120
175. CANCER AL COLONULUI *Vezi şi: INTESTIN [DURERE DE...] / CONSTIPAȚIE* 120
176. CANCER LA ESOFAG *Vezi: ESOFAG* 121
177. CANCER LA FARINGE *Vezi: GÂT — FARINGE* 121
178. CANCER LA FICAT *Vezi: FICAT [DURERE DE...]* 121
179. CANCER AL GANGLIONILOR (al sistemului limfatic) *Vezi: ADENITĂ, ADENOPATIE, GANGLION [... LIMFATIC]* 121
180. CANCER LA GÂT *Vezi şi: GÂT — FARINGE* 122
181. CANCER AL GURII 122
182. CANCER AL INTESTINULUI (în general) *Vezi şi: CANCER LA COLON, INTESTINE [DURERE DE ...] / COLON / INTESTIN SUBȚIRE* 122
183. CANCER LA INTESTINUL SUBȚIRE *Vezi: INTESTINUL SUBȚIRE [DURERE LA...]* 123
184. CANCER LA LARINGE *Vezi: FUMAT, GÂT [DURERE DE...]* 123
185. CANCER LA LIMBĂ *Vezi: ALCOOLISM, FUMAT* 123
186. CANCER LA MANDIBULĂ *Vezi: MANDIBULĂ [DURERE DE...]* 124
187. CANCER LA OASE *Vezi: OASE [CANCER LA OASE...]* 124
188. CANCER LA OVARE *Vezi: OVARE [DURERE DE...]* 124
189. CANCER LA PANCREAS *Vezi: PANCREAS [DURERE DE...]* 124
190. CANCER AL PIELII *Vezi: PIELE— MELANOM MALIGN* 124
191. CANCER LA PIEPT *Vezi: CANCER LA SÂN* 124
192. CANCER LA PLÂMÂNI *Vezi şi: BRONHII— BRONȘITĂ, FUMAT, PLĂMÂNI [DURERE DE...]* 124
193. CANCER LA PROSTATĂ *Vezi: PROSTATĂ [DURERE DE...]* 125
194. CANCER LA RECT *Vezi: INTESTINE — RECT* 125
195. CANCER LA SÂNGE *Vezi şi: SÂNGE — LEUCEMIE* 125
196. CANCER LA SÂN *Vezi şi: SÂNI [DURERE DE...]* 125
197. CANCER LA STOMAC *Vezi şi: STOMAC [DURERE DE...]* 127
198. CANCER LA TESTICULE *Vezi şi: TESTICULE [DURERE DE...]* 127
199. CANCER LA UTER (col şi corp) *Vezi şi: UTER* 128
200. CANDIDA *Vezi şi: INFECȚII, INFLAMAȚIA MUCOASELOR* 129
201. CANDIDOZĂ *Vezi: CANDIDA, INFLAMAȚIE, VAGINITĂ* 129
202. CANDIDOZĂ BUCALĂ *vezi şi GURĂ, CANDIDA, GÂT, INFECȚII* 129
203. CANGRENĂ *Vezi: SÂNGE — CANGRENĂ* 130
204. CAP (în general) 130
205. CAP (dureri de...) 130

206. CAP — MIGRENE 131
207. CARDIACĂ (criză...) *Vezi: INIMA ♥ — INFARCT [... DE MIOCARD]* 132
208. CARIE DENTARĂ *Vezi: DINȚI — CARIE DENTARĂ* 132
209. CAROTIDĂ *Vezi: SÂNGE — ARTERE* 132
210. CATARACTĂ *Vezi: OCHI — CATARACTĂ* 132
211. CĂDERE DE PRESIUNE *Vezi: TENSIUNE ARTERIALĂ — HIPOTENSIUNE (TENSIUNE PREA MICĂ)* 132
212. CĂI BILIARE *Vezi: VEZICA BILIARĂ* 132
213. CĂLCÂI 132
214. CĂLDURĂ (acces de CĂLDURĂ...) *Vezi: FEBRĂ* 133
215. CĂLDURI (a avea...) *Vezi: MENOPAUZĂ* 134
216. CĂSCAT 134
217. CEAFĂ (... rigidă) *Vezi și: COLOANĂ VERTEBRALĂ, GÂT* 134
218. CEARCĂNE (LA OCHI...) *Vezi: OCHI — CEARCĂNE* 135
219. CECITATE *Vezi: OCHI [DURERI DE...]* 135
220. CEFALEE *Vezi: CAP [DURERI DE...]* 135
221. CELULITĂ 135
222. CHARCOT (boala lui...) SAU SCLEROZA LATERALĂ AMIOTROFICĂ 136
223. CHEAG DE SÂNGE *Vezi și: SÂNGE COAGULAT, TROMBOZĂ* 136
224. CHERATITĂ *Vezi: OCHI— CHERATITĂ* 136
225. CHIST *Vezi și: OVARE [AFECȚIUNI ELE...], TUMORĂ* 136
226. CHLAMYDIA (infecție cu ...) *Vezi: BOLI VENERICE* 137
227. CICATRICE *Vezi: PIELE — CICATRICE* 137
228. CICLU MENSTRUAL (dureri de...) *Vezi: MENSTRUAȚIE [DURERI DE...]* 137
229. CIFOZĂ *Vezi: COLOANĂ VERTEBRALĂ [DEVIAȚIE A...], SPATE [DURERE DE...]* 137
230. CINEPATIE *Vezi: RĂU DE TRANSPORT* 137
231. CINETOZĂ *Vezi: RĂU DE TRANSPORT* 137
232. CIRCULAȚIE SANGUINĂ *Vezi: SÂNGE — CIRCULAȚIE SANGUINĂ* 137
233. CIROZĂ (... a ficatului) *Vezi: FICAT — CIROZĂ [... A FICATULUI]* 137
234. CISTITĂ *Vezi: VEZICĂ — CISTITĂ* 137
235. CISTOCEL *Vezi: PROLAPSUS* 137
236. CIUPERCI *Vezi: PICIOARE — MICOZĂ* 137
237. CIUPERCI HALUCINOGENE (consum de...) *Vezi: DROGURI* 137
238. CLAUDICAȚIE (mers şchiopătat) *Vezi și: SISTEM LOCOMOTOR* 137
239. CLAUSTROFOBIE *Vezi și: ANGOASĂ* 138
240. CLAVICULĂ (durere de..., fractură a...) *Vezi și: UMERI, OASE — FRACTURĂ* 138
241. CLEPTOMANIE *Vezi și: DEPENDENȚĂ, NEVROZĂ* 139

242. COAGULARE DEFICITARĂ *Vezi: SÂNGE COAGULAT* 139
243. COAPSE (în general) *Vezi și: PICIOARE / [ÎN GENERAL] / [DURERE DE...]* 139
244. COAPSE (durere de...) *Vezi: PICIOARE — PARTEA SUPERIOARĂ* 140
245. COASTE 140
246. COATE (ÎN GENERAL) *Vezi și: ARTICULAȚII* 141
247. COATE — EPICONDILITĂ 142
248. COCAINĂ (consum de...) *Vezi: DROGURI* 142
249. COCCIS *Vezi: SPATE [DURERE DE...]* 142
250. COCOȘAT *Vezi: UMERI LĂSAȚI* 142
251. COL UTERIN (cancer de...) *Vezi: CANCER LA UTER [COL SI CORP]* 142
252. COLESTEROL *Vezi: SÂNGE — COLESTEROL* 142
253. COLICA NEFRETICĂ 142
254. COLICI *Vezi: INTESTINE — COLICI* 143
255. COLITĂ (mucozitatea colonului) *Vezi: INTESTINE — COLITĂ* 143
256. COLITĂ HEMORAGICĂ *Vezi: INTESTINE — COLITĂ* 143
257. COLOANA VERTEBRALĂ (în general) *Vezi și: SPATE* 143
258. COLOANĂ VERTEBRALĂ (deviație a ...) (în general) 144
259. COLOANA VERTEBRALĂ (deviație a...) — COCOȘAT *Vezi: UMERI LĂSAȚI* 144
260. COLOANĂ VERTEBRALĂ (deviație a...) — CIFOZĂ 144
261. COLOANĂ VERTEBRALĂ — DISC DEPLASAT *Vezi: HERNIE DISCALĂ* 144
262. COLOANĂ VERTEBRALĂ (deviație a...) — LORDOZA 145
263. COLOANĂ VERTEBRALĂ (deviație a...) — SCOLIOZĂ 145
264. COLON (cancer de...) *Vezi: CANCER DE COLON* 146
265. COMĂ *Vezi: ACCIDENT, CREIER — SINCOPĂ, LEȘIN* 146
266. COMEDOANE *Vezi: PIELE— PUNCTE NEGRE* 147
267. COMOȚIE (... a retinei) *Vezi: OCHI — COMOȚIA RETINEI* 147
268. COMOȚIE CEREBRALĂ *Vezi: CREIER [COMOȚIE]* 147
269. COMPULSIE NERVOASĂ 147
270. CONDUCTE LACRIMALE *Vezi: LACRIMI* 147
271. CONGENITAL *Vezi: MALFORMAȚII CONGENITALE, BOLI EREDITARE* 147
272. CONGESTIE (... la creier / ... ficat / ... nas / ... plămâni) *Vezi și: CREIER — ACCIDENT VASCULAR CEREBRAL [A.V.C.]* 147
273. CONJUNCTIVITĂ *Vezi: OCHI — CONJUNCTIVITĂ* 148
274. CONSTIPAȚIE *Vezi: INTESTINE — CONSTIPAȚIE* 148
275. CONTUZII *Vezi: PIELE — VÂNĂTĂI* 148
276. COPIL CIANOTIC (ALBASTRU) 148
277. COPIL HIPERACTIV *Vezi: HIPERACTIVITATE* 149

278. COPIL MORT LA NAȘTERE *Vezi: NAȘTERE — AVORT* 149
279. CORIZA *Vezi: RĂCEALĂ [LA CREIER...]* 149
280. CORONAR *Vezi: INIMĂ♥ — TROMBOZA CORONARIANĂ* 149
281. CORP (în general) *Vezi: ANEXA I* 149
282. CORZI VOCALE *Vezi: GÂT — LARINGITĂ, CANCER LA LARINGE, VOCE — RĂGUȘEALĂ* 149
283. COȘURI (pe corp) *Vezi: PIELE — COȘURI* 149
284. CRAMPA SCRIITORULUI *Vezi și: DEGETE (ÎN GENERAL), MÂINI (ÎN GENERAL), ÎNCHEIETURA MÂINII* 149
285. CRAMPE 149
286. CRAMPE ABDOMINALE *Vezi și: ABDOMEN* 150
287. CRAMPE MUSCULARE (în general) 150
288. CRANIU *Vezi: CREIER— COMOȚIE CEREBRALĂ, OS — FRACTURĂ [OSOASĂ...]* 151
289. CRĂPĂTURI *Vezi: PIELE — CRĂPĂTURI* 151
290. CREIER (în general) 151
291. CREIER (abces la...) 151
292. CREIER — ACCIDENT VASCULAR CEREBRAL (A.V.C.) *Vezi și: INFARCT [ÎN GENERAL], SÂNGE/ [ÎN GENERAL] / ARTERE / CIRCULAȚIA SANGUINĂ, TENSIUNE ARTERIALĂ — HIPERTENSIUNE* 152
293. CREIER — APOPLEXIE *Vezi: CREIER— ACCIDENT VASCULAR CEREBRAL [A.V.C.] / SINCOPĂ, SÂNGE — HEMORAGIE.* 152
294. CREIER (comoție) SAU COMOȚIE CEREBRALĂ 153
295. CREIER — (congestie a creierului...) *Vezi: CONGESTIE* 153
296. CREIER — CREUTZFELD-JAKOB (boala...) SAU BOALA VACII NEBUNE 153
297. CREIER (durere la...) 154
298. CREIER — ECHILIBRU (pierderea echilibrului) SAU AMEȚEALĂ 155
299. CREIER – ENCEFALITĂ 156
300. CREIER — EPILEPSIE 156
301. CREIER — HEMIPLEGIE *Vezi: CREIER / [ABCES AL...] / ACCIDENT VASCULAR CEREBRAL [A.V.C.]* 158
302. CREIER — HIDROCEFALIE 159
303. CREIER— HUNTINGTON (boala lui...) sau (COREE a lui ...) *Vezi: CREIER — TICURI* 159
304. CREIER — MENINGITĂ *Vezi: INFLAMAȚIE, SISTEM IMUNITAR, CAP* 159
305. CREIER — PARALIZIE CEREBRALĂ 160

306. CREIER — PARKINSON (boala lui...) *Vezi și: NERVI, TREMURAT* 161
307. CREIER — SINCOPĂ 162
308. CREIER — SINDROMUL ADAMS-STOKES *Vezi: CREIER — EPILEPSIE / SINCOPĂ, VERTIJ* 163
309. CREIER — STARE VEGETATIVĂ CRONICĂ *Vezi: CRONICĂ [BOALĂ...]* 163
310. CREIER — TICURI 164
311. CREIER (tumoră la...) 164
312. CREVASA CUTANATĂ *Vezi: PIELE — RIDURI* 165
313. CRIZĂ CARDIACĂ *Vezi: INIMĂ♥ — INFARCT [... DE MIOCARD]* 165
314. CRIZĂ DE FICAT *Vezi: INDIGESTIE* 165
315. CROHN (boala lui...) *Vezi: INTESTINE— CROHN [boala lui...]* 165
316. CRONICĂ (boală cronică...) 165
317. CRUP *Vezi: GÂT — LARINGITĂ* 166
318. CRUSTĂ *Vezi: PIELE — ECZEMĂ* 166
319. CUADRIPLEGIE *Vezi: PARALIZIE [ÎN GENERAL...]* 166
320. CULPABILITATE *Vezi: ACCIDENT* 166
321. CUPEROZĂ *Vezi: PIELE — ACNEE ROZACEE* 166
322. CURBATURA 166
323. CUSHING (sindromul lui...) *Vezi și: GLANDE SUPRARENALE* 166
324. CUTICULE *Vezi: DEGETE — CUTICULE* 167
325. DALTONIAN *Vezi: OCHI — DALTONISM [NON-PERCEPȚIA CULORILOR]* 168
326. DECALCIFIERE *Vezi și: OASE — OSTEOPOROZA* 168
327. DEFICIENȚĂ DE AUZ *Vezi: URECHI-SURDITATE* 168
328. DEGETE (în general) 168
329. DEGETE — DEGETUL MARE 169
330. DEGETE — DEGETUL ARĂTĂTOR 170
331. DEGETE— DEGETUL MIJLOCIU 171
332. DEGETE — DEGETUL INELARUL 171
333. DEGETE — DEGETUL MIC 172
334. DEGETE - ARTRITA LA DEGETE *Vezi și: ARTRITĂ [ÎN GENERAL]* 173
335. DEGETE — CUTICULE 173
336. DEGETE DE LA PICIOARE 173
337. DEMENȚA Vezi: ALZEIMER [BOALA LUI...], SENILITATE 175
338. DEMINERALIZARE GENERALĂ *Vezi și: OS — DECALCIFIERE* 175
339. DEPENDENȚĂ *Vezi: ALCOOLISM, FUMAT, DROGURI* 175
340. DEPIGMENTARE *Vezi: PIELE— LEUCODERMIE* 176
341. DEPOZITE DE CALCIU 176

342. DEPRESIE *Vezi: NEURASTENIE* 177
343. DERMATITĂ *Vezi: PIELE— DERMATITĂ* 179
344. DERMATITA SEBOREICĂ *Vezi: PIELE — ECZEMĂ* 179
345. DESHIDRATAREA CORPULUI 179
346. DESPRINDEREA DINŢILOR *Vezi: DINŢI [DURERE DE...]* 179
347. DIABET *Vezi: SÂNGE — DIABET* 180
348. DIAFRAGMĂ 180
349. DIAREE *Vezi: INTESTINE — DIAREE* 180
350. DIAREEA CĂLĂTORULUI *Vezi: INTESTINE— DIAREE* 180
351. DIFTERIE *Vezi şi: GÂT, LARINGE* 180
352. DIGESTIE (durere de...) *Vezi: INDIGESTIE* 181
353. DINŢI (în general) 181
354. DINTE (abces la rădăcina dintelui...) 182
355. DINŢI (carie dentară) 182
356. DINŢI (durere de...) 183
357. DINŢI — PROTEZĂ, IMPLANT DENTAR 185
358. DINŢI (scrâşnirea dinţilor...) — BRUXISM *Vezi şi: AUTORITARISM, MAXILARE [DURERE DE...]* 185
359. DINŢI (simbolism al dinţilor...) 186
360. DINŢI - MĂSEA DE MINTE INCLUSĂ *Vezi şi: DINŢI— SIMBOLISMUL* 189
361. DISC DEPLASAT *Vezi: HERNIE DISCALĂ* 190
362. DISC INTERVERTEBRAL *Vezi: SPATE [DURERE DE...] / LOMBAGO, HERNIE DE DISC* 190
363. DISCARTROZĂ *Vezi: DISC INTERVERTEBRAL* 190
364. DISLEXIE 190
365. DISLOCARE *Vezi: OASE — DISLOCARE* 191
366. DISMENOREE *Vezi: MENSTRUAŢIE [DURERI DE...]* 191
367. DISTROFIE MUSCULARĂ *Vezi: MUŞCHI — DISTROFIE MUSCULARĂ* 191
368. DIVERTICULITĂ *Vezi: INTESTINE — DIVERTICULITĂ* 191
369. DIZENTERIE *Vezi: INTESTINE / DIAREE / DIZENTERIE* 191
370. DREPTATE (eu am...) 191
371. DROGURI *Vezi şi: DEPENDENŢĂ* 192
372. DUODEN *Vezi şi: INTESTINE [DURERE DE...]* 193
373. DUPUYTREN *Vezi: MÂINI— BOALA DUPUYTREN* 193
374. DURERE 193
375. DURERE CARDIACĂ *Vezi: INIMĂ♥ — PROBLEME CARDIACE* 194

376. ECHILIBRU (pierderea...) SAU AMEŢEALĂ *Vezi: CREIER— ECHILIBRU [PIERDEREA ECHILIBRULUI]* 195
377. ECHIMOZĂ *Vezi: PIELE — VÂNĂTĂI* 195
378. ECLAMPSIE *Vezi: SARCINĂ — ECLAMPSIE* 195
379. ECTROPION *Vezi: PLEOAPE [ÎN GENERAL...]* 195
380. ECZEMĂ *Vezi: PIELE — ECZEMĂ* 195
381. EDEM 195
382. EGOCENTRISM 196
383. EJACULARE PRECOCE 196
384. EMBOLIE *Vezi: SÂNGE — CIRCULAŢIA SANGUINĂ/ COAGULARE* 197
385. EMBOLIE ARTERIALĂ *Vezi: SÂNGE — ARTERE* 197
386. EMBOLIE CEREBRALĂ *Vezi: CREIER, DURERE DE...* 197
387. EMBOLIE PULMONARĂ *Vezi: PLĂMÂNI [DURERE DE...]* 197
388. EMISFERA DREAPTĂ SI STÂNGĂ *Vezi: CREIER [ÎN GENERAL]* 197
389. EMOTIVITATE 197
390. EMPIEM *Vezi: ABCES* 197
391. ENCEFALITĂ *Vezi: CREIER — ENCEFALITĂ* 197
392. ENCEFALOMIELITĂ FIBROMIALGICĂ Vezi: OBOSEALĂ CRONICĂ [SINDROM DE...] 197
393. ENDOMETRIOZĂ 197
394. ENTERITĂ *Vezi: INTESTINE— GASTRO-ENTERITĂ* 198
395. ENTORSĂ *Vezi: ARTICULAŢII — ENTORSĂ* 198
396. ENUREZIE *Vezi: INCONTINENŢĂ* 198
397. EPICONDILITĂ *Vezi: COATE — EPICONDILITĂ* 198
398. EPIDEMIE 198
399. EPIFIZĂ *Vezi: GLANDA PINEALĂ* 199
400. EPIGLOTĂ *Vezi şi: GÂT — LARINGE, ESOFAG* 199
401. EPILEPSIE *Vezi: CREIER— EPILEPSIE* 199
402. EPISTAXIS *Vezi: NAS [SÂNGERARE NAZALĂ...]* 199
403. EPUIZARE *Vezi: BURNOUT* 199
404. ERECŢIE — DISFUNCŢII ERECTILE *Vezi: IMPOTENŢĂ* 199
405. ERITEM SOLAR *Vezi: INSOLAŢIE* 199
406. ERUCTAŢIE *Vezi şi: STOMAC [ÎN GENERAL...]* 199
407. ERUPŢIE (... de coşuri) *Vezi: PIELE — ERUPŢIE [... DE COSURI]* 200
408. ESOFAG 200
409. EUTANASIE *Vezi şi: MOARTE* 201

410. EWING (sarcomul lui...) *Vezi: OASE [CANCER DE...] — SARCOMUL LUI EWING* 201
411. EXCES DE APETIT *Vezi: APETIT [EXCES DE...]* 201
412. EXCES DE GREUTATE *Vezi: GREUTATE [EXCES DE...]* 201
413. EXCRESCENȚĂ *Vezi: POLIPI* 201
414. EXHIBIȚIONISM 201
415. EXOFTALMIE *Vezi: OCHI [DURERE DE...]* 202
416. EXTENUARE *Vezi și: OBOSEALĂ [ÎN GENERAL], SÂNGE — HIPOGLICEMIE, TENSIUNE ARTERIALĂ — HIPOTENSIUNE [PREA SCĂZUTĂ]* 202
417. EXTINCȚIA A VOCII *Vezi: AFONIE* 202
418. FALLOPE (trompele lui...) *Vezi: SALPINGITĂ* 203
419. FANTA PALATINĂ— GURĂ DE LUP- CONGENITALĂ 203
420. FANTĂ VULVARĂ *Vezi: VULVĂ* 203
421. FARINGITĂ *Vezi: GÂT — FARINGITĂ* 203
422. FASCIITĂ NECROZANTĂ *Vezi: BACTERIE CARE MĂNÂNCĂ DIN CARNE* 203
423. FAȚĂ *Vezi și: PIELE / ACNEE / COȘURI / PUNCTE NEGRE* 203
424. FAȚĂ LĂSATĂ, MOALE 204
425. FEBLITĂ *Vezi: SÂNGE — FEBLITĂ* 204
426. FEBRĂ (în general) *Vezi și: CĂLDURĂ [SENZAȚIE DE...]* 204
427. FEBRĂ (HERPES FEBRIL...) *Vezi și: HERPES/ [... ÎN GENERAL] / [... ORAL] / [... LABIAL]* 205
428. FEBRA FÂNULUI *Vezi: ALERGIE — FEBRA FÂNULUI* 205
429. FEMININ (principiu...) *Vezi și: MASCULIN [PRINCIPIU...]* 205
430. FEMININE (afecțiuni...) 206
431. FEMUR *Vezi: PICIOR — PARTEA SUPERIOARĂ* 206
432. FERMENTAȚIE *Vezi: STOMAC [DURERI DE...]* 206
433. FESE 206
434. FIBRILAȚIE VENTRICULARĂ *Vezi: INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ* 207
435. FIBROM UTERIN și CHIST FEMININ *Vezi și: CHIST* 207
436. FIBROMATOZĂ *Vezi: MUȘCHI— FIBROMATOZĂ* 208
437. FIBROMIALGIE *Vezi și: OBOSEALĂ CRONICĂ [SINDROM DE...]* 208
438. FIBROZĂ CHISTICĂ *Vezi: MUCOVISCIDOZĂ* 209
439. FIBROZĂ *Vezi: SCLEROZĂ* 209
440. FICAT (abces la...) 209
441. FICAT — CIROZĂ (... a ficatului) 209
442. FICAT (congestie la...) *Vezi: CONGESTIE* 210
443. FICAT (criză de...) *Vezi și: INDIGESTIE* 210

444. FICAT (durere de...) *Vezi și: CALCULI BILIARI, ICTER* 210
445. FICAT — HEPATITĂ *Vezi și: ALCOOLISM, INFECȚIE, INFLAMAȚIE, ICTER* 212
446. FICAT (pietre la...) *Vezi: CALCULI BILIARI* 213
447. FISTULĂ 213
448. FISTULE ANALE *Vezi: ANUS — FISTULE ANALE* 213
449. FISURI ANALE *Vezi: ANUS — FISURI ANALE* 213
450. FLATULENȚĂ *Vezi: GAZE* 213
451. FOBIE *Vezi și: ANGOASĂ, CLAUSTROFOBIE, FURIE* 213
452. FOLICULITĂ *Vezi: PĂR [BOLI DE...]* 214
453. FRACTURĂ *Vezi și: OASE — FRACTURĂ [... OSOASĂ]* 214
454. FRICĂ *Vezi și: RINICHI [PROBLEME RENALE]* 214
455. FRIG - HIPOTERMIE 215
456. FRIG, FRISON 215
457. FRIGIDITATE *Vezi și: FEMININE [AFECȚIUNI...]* 215
458. FRIGURI DE BALTĂ *Vezi: MALARIA* 216
459. FRILOZITATE 216
460. FRUNTE 217
461. FUMAT *Vezi: BUERGER [BOALA LUI...], CANCER LA LIMBĂ, DEPENDENȚĂ, PLĂMÂNI* 217
462. FURIE *Vezi: ANEXA III, DURERE, FICAT, INFECȚII* 218
463. FURNICĂTURI 219
464. FURUNCULI Vezi: PIELE — FURUNCULI 219
465. FURUNCULI VAGINALI *Vezi: PIELE — FURUNCULI VAGINALI* 219
466. GAMBE *Vezi: PICIOARE -GAMBE-PARTEA INFERIOARĂ* 220
467. GANGLION (... limfatic) *Vezi și: ADENITĂ, ADENOPATIE, CANCER AL GANGLIONILOR [... AL SISTEMULUI LIMFATIC], LIMFĂ* 220
468. GASTRITĂ *Vezi: STOMAC — GASTRITĂ* 221
469. GASTRO-ENTERITĂ *Vezi: INTESTINE — GASTRO-ENTERITĂ* 221
470. GÂT (în general, partea exterioară) 221
471. GÂT — TORTICOLIS *Vezi și: COLOANĂ VERTEBRALĂ — PARTEA DE SUS A SPATELUI, CEAFĂ [... ÎNȚEPENIT]* 221
472. GÂT (în interior) (în general) *Vezi și: GLANDA TIROIDĂ [în general]* 222
473. GÂT (durere de ...) *Vezi și: AMIGDALE, INFLAMAȚIA MUCOASELOR* 223
474. GÂT — FARINGE *Vezi și: POLIPI* 224
475. GÂT — FARINGITĂ *Vezi și: ANGINĂ, ANEXA III, RĂCEALĂ* 224
476. GÂT — LARINGE *Vezi și: AFONIE, CANCER LA LARINGE, RĂGUȘEALĂ* 225
477. GÂT — LARINGITĂ *Vezi și: ANEXA III, RĂGUȘEALĂ, INFLAMAȚIE* 225

478. GÂT - NOD ÎN GÂT 226
479. GÂT (senzația de a avea ceva în...) 226
480. GAZE (dureri provocate de ...) SAU FLATULENȚĂ SAU METEORISM *Vezi și: BALONARE, UMFLAREA / [EN GENERAL] / [... A ABDOMENULUI]* 227
481. GEAMĂN *Vezi: NAŞTERE [FELUL ÎN CARE A DECURS NAŞTEREA MEA...]* 227
482. GELINEAU (sindromul lui...) *Vezi: NARCOLEPSIE* 227
483. GELOZIE 227
484. GENITALE (organe...) (în general) 228
485. GENITALE (afecțiuni ale organelor...) *Vezi și: FRIGIDITATE, IMPOTENȚĂ, VENERICE [BOLI...]* 228
486. GENUNCHI (în general) *Vezi și: PICIOARE* 229
487. GENUNCHI (afecțiuni ale...) 229
488. GENUNCHI — MENISC 230
489. GILLES DE LA TOURETTE (sindromul lui...) *Vezi și: CREIER — TICURI, COMPULSIE NERVOASĂ, OBSESIE* 231
490. GINGII (DURERI DE...) *Vezi și: ABCES, GURĂ [ÎN GENERAL...], DINȚI [ÎN GENERAL...]* 231
491. GINGII — GINGIVITĂ ACUTĂ 232
492. GINGII (sângerarea gingiilor...) *Vezi și: SÂNGE — SÂNGERĂRI* 233
493. GINGIVITĂ *Vezi: GINGII— GINGIVITĂ ACUTĂ* 233
494. GLANDE (în general) 233
495. GLANDE (afecțiuni ale...) *Vezi și: ADENOM* 234
496. GLANDE LACRIMALE *Vezi: PLÂNS* 234
497. GLANDA PANCREATICĂ *Vezi: PANCREAS* 234
498. GLANDA PINEALĂ SAU CORP PINEAL SAU EPIFIZA 234
499. GLANDA PITUITARĂ SAU HIPOFIZA 235
500. GLANDE SALIVARE *Vezi și: OREION, SALIVĂ* 236
501. GLANDE SUBLINGUALE *Vezi: GLANDE SALIVARE* 237
502. GLANDE SUPRARENALE *Vezi și: ADDISON BOALA LUI..., CUSHING [SINDROMUL LUI...], FRICĂ, STRES* 237
503. GLANDE — TIMUS *Vezi și: SIDA, SISTEM IMUNITAR* 238
504. GLANDA TIROIDĂ (în general) 239
505. GLANDA TIROIDĂ — BASEDOW (boala a lui ...) SAU GUȘA EXOFTALMICĂ 240
506. GLANDA TIROIDĂ — GUȘA 241
507. GLANDA TIROIDĂ— GUȘA EXOLFTALMICĂ *Vezi: GLANDA TIROIDĂ, BASEDOW BOALA A LUI...* 242

508. GLANDA TIROIDĂ — HIPERTIROIDIE 242
509. GLANDA TIROIDĂ — HIPOTIROIDIE 242
510. GLANDA TIROIDĂ — TIROIDITĂ 243
511. GLAUCOM Vezi: OCHI — GLAUCOM 243
512. GLEZNE *Vezi și: ARTICULAȚII* 243
513. GLOB OCULAR *Vezi: OCHI [ÎN GENERAL]* 245
514. GLOBULE SANGUINE *Vezi: SÂNGE* 245
515. GONADE *Vezi și: OVARE, TESTICULE* 245
516. GRĂSIME, OBEZITATE *Vezi și: GREUTATE [EXCES DE...]* 245
517. GREAȚĂ SI VĂRSĂTURI *Vezi și: SARCINĂ [AFECȚIUNI ALE...]* 246
518. GREUTATE (exces de...) *Vezi și: GRĂSIME* 247
519. GRIPĂ *Vezi și: CREIER — ENCEFALITĂ, STRĂNUT, FEBRĂ, MUȘCHI, RESPIRAȚIE, REPIRAȚIE [BOLI DE...], CAP [DURERE DE...]* 249
520. GRIPA AVIARĂ *Vezi și: GRIPĂ* 250
521. GRIPA SPANIOLĂ *Vezi: CREIER — ENCEFALITĂ* 250
522. GURĂ (în general) *Vezi și: GINGII* 250
523. GURĂ (afecțiuni ale gurii...) *Vezi și: CANCER LA GURĂ, ȘANCRU [ÎN GENERAL], HERPES [... BUCAL]* 251
524. GURĂ — AFTĂ 252
525. GURĂ — HALENĂ (respirație urât mirositoare...) SAU HALITOZĂ *Vezi și: GINGII— GINGIVITĂ, GÂT [DURERE DE...], NAS [AFECȚIUNI ALE...]* 253
526. GURĂ — CERUL GURII, PALAT 254
527. GUȘĂ *Vezi: GLANDA TIROIDĂ — GUȘĂ* 254
528. GUST (tulburări ale gustului) *Vezi și: GÂT, LIMBĂ, NAS* 254
529. GUTA *Vezi și: ACIDOZĂ, CALCULI RENALI* 254
530. H.T.A (hipertensiune arterială) *Vezi: TENSIUNE ARTERIALĂ — HIPERTENSIUNE* 256
531. HALENĂ *Vezi: GURĂ —HALENĂ (RESPIRAȚIE URÂT MIROSITOARE)* 256
532. HALUCINAȚII *Vezi și: ALCOOLISM, DEPENDENȚĂ, DROGURI* 256
533. HAȘIȘ (consum de...) *Vezi: DROGURI* 257
534. HEMATOM *Vezi: SÂNGE — HEMATOM* 257
535. HEMATURIE *Vezi: SÂNGE— HEMATURIE* 257
536. HEMIPLEGIE *Vezi: CREIER — HEMIPLEGIE* 257
537. HEMORAGIE CEREBRALĂ *Vezi: CREIER — ACCIDENT VASCULAR CEREBRAL [A.V.C.]* 257

538. HEMOROIZI *Vezi și: ANUS, SARCINĂ, INFLAMAȚIE, INTESTINE— CONSTIPAȚIE, SÂNGE / SÂNGERĂRI / VARICE, TENSIUNE ARTERIALĂ — HIPERTENSIUNE* 257
539. HEMORAGIE *Vezi: SÂNGE — HEMORAGIE* 258
540. HEPATITĂ *Vezi: FICAT — HEPATITĂ* 258
541. HERNIE 258
542. HERNIE DE DISC *Vezi și: SPATE [DURERE DE...], LUXAȚIE* 259
543. HEROINĂ (consum de...) *Vezi: DROGURI* 260
544. HERPES (... în general, ... bucal, ... labial) *Vezi și: GURĂ* 260
545. HERPES GENITAL SAU HERPES VAGINAL *Vezi și: PIELE — MÂNCĂRIME, VAGIN — VAGINITĂ* 261
546. HIDROFOBIE *Vezi: TURBARE* 262
547. HIGROMA *Vezi: BURSITĂ, GENUNCHI [DURERE DE...]* 262
548. HIPERACTIVITATE *Vezi și: AGITAȚIE* 262
549. HIPERCOLESTEROLEMIE Vezi: SÂNGE — COLESTEROL 263
550. HIPEREMOTIVITATE *Vezi: EMOTIVITATE* 263
551. HIPERGLICEMIE *Vezi: SÂNGE — DIABET* 263
552. HIPERMETROPIE *Vezi: OCHI — HIPERMETROPIE* 263
553. HIPEROREXIE *Vezi: BULIMIE* 263
554. HIPERSALIVAȚIE *Vezi: SALIVĂ — HIPER ȘI HIPOSALIVAȚIE* 263
555. HIPERSOMNIE *Vezi: NARCOLEPSIE* 263
556. HIPERTENSIUNE *Vezi: TENSIUNE ARTERIALĂ — HIPERTENSIUNE* 263
557. HIPERTERMIE *Vezi: FEBRĂ* 263
558. HIPERTIROIDIE *Vezi: GLANDA TIROIDĂ — HIPERTIROIDIE* 263
559. HIPERTROFIE 263
560. HIPERVENTILAȚIE (supraoxigenare) *Vezi și: ACIDOZĂ, ANXIETATE, FEBRĂ* 264
561. HIPOACUZIE *Vezi: URECHI — SURDITATE* 264
562. HIPOCONDRIE (IPOHONDRIA) *Vezi și: AGORAFOBIE, ANXIETATE, DEPRESIE* 264
563. HIPOGLICEMIE *Vezi: SÂNGE — HIPOGLICEMIE* 265
564. HIPOFIZĂ *Vezi: GLANDA PITUITARĂ* 265
565. HIPOSALIVAȚIE *Vezi: SALIVĂ— HIPER ȘI HIPOSALIVAȚIE* 265
566. HIPOTENSIUNE *Vezi: TENSIUNE ARTERIALĂ — HIPOTENSIUNE* 265
567. HIPOTIROIDIE *Vezi: GLANDA TIROIDĂ — HIPOTIROIDIE* 265
568. HISTEROPTOZA *Vezi: PROLAPS* 265

569. HODGKIN (boala lui...) *Vezi și: CANCER AL GANGLIONILOR [... A SISTEMULUI LIMFATIC], SÂNGE — LEUCOPENIE* 265
570. HOLERĂ *Vezi: INTESTINE — DIAREE* 265
571. HOMOSEXUALITE 266
572. HUNTINGTON *Vezi: CREIER — HUNTINGTON [BOALA A LUI...]* 266
573. ICTER (GĂLBINAREA) *Vezi și: FICAT [AFECȚIUNI ALE...], SÂNGE/ [AFECȚIUNI ALE...] / CIRCULAȚIE SANGUINĂ* 267
574. ILEITĂ (BOALA LUI CROHN) *Vezi: INTESTINE — CROHN [BOALA A LUI...]* 267
575. INELAR Vezi: DEGETE — INELAR 267
576. IMPACIENȚĂ *Vezi și: FRIGIDITATE, NERVOZITATE, SÂNGE — HIPOGLICEMIE* 267
577. IMPOTENȚA *Vezi și: ANGOASĂ, ANXIETATE, FRICĂ* 268
578. INCONTINENȚĂ (... fecale, ... urinar) *Vezi și: VEZICĂ [AFECȚIUNI ALE...]* 269
579. INCONTINENȚA LA COPII - *Vezi: PIPI ÎN PAT* 271
580. INDEX *Vezi: DEGETE— INDEX* 271
581. INDIGESTIE *Vezi și: OTRĂVIRE [... PRIN MÂNCARE], DURERE DE BURTĂ, GREAȚĂ, SALMONELA* 271
582. INFARCT (ÎN GENERAL) 272
583. INFARCT (cerebral) *Vezi: CREIER — ACCIDENT VASCULAIRE CEREBRAL [A.V.C.]* 272
584. INFARCT (... de miocard) *Vezi: INIMĂ♥ — INFARCT [... DE MIOCARD]* 272
585. INFECȚII (în general) *Vezi și: ANEXA III, DURERE, FEBRĂ, INFLAMAȚIE, SISTEM IMUNITAR* 272
586. INFECȚII URINARE *Vezi: URINĂ [INFECȚII URINARE]* 273
587. INFECȚII VAGINALE *Vezi: VAGIN — VAGINITĂ* 273
588. INFECȚII VIRALE *Vezi: INFECȚII [ÎN GENERAL]* 273
589. INFLAMAȚIA *Vezi și: ANEXA III* 273
590. INIMĂ♥ (în general) *Vezi și: SÂNGE* 274
591. INIMĂ♥ — ANGINĂ PECTORALĂ, ANGOR *Vezi: ANGINĂ PECTORALĂ* 275
592. INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ 275
593. INIMĂ♥ (durere...) *Vezi: GREAȚĂ* 276
594. INIMĂ♥ — INFARCT (... de miocard) *Vezi și: INFARCT [ÎN GENERAL]* 276
595. INIMĂ♥ — MIOCARDITĂ 278
596. INIMĂ♥ — PERICARDITĂ 278
597. INIMĂ♥ — PROBLEME CARDIACE 279
598. INIMĂ♥ — TAHICARDIE *Vezi: INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ* 279
599. INIMĂ♥ — TROMBOZĂ CORONARIANĂ 279

600. INSOLAȚIE *Vezi și: ACCIDENT, CĂLDURĂ, PIELE* 280
601. INSOMNIE 281
602. INSUFICIENȚĂ CARDIACĂ *Vezi: INIMĂ♥ [PROBLEME CARDIACE]* 282
603. INTESTINE (afecțiuni ale...) *Vezi și: CANCER COLON / LA INTESTIN / COLITĂ /* 282
604. INTESTINE (cancer la...) *Vezi: CANCER LA INTESTINE* 282
605. INTESTINE — COLICĂ *Vezi și: GAZE* 283
606. INTESTINE — COLITA (mucozități) *Vezi și: INFLAMAȚIE, INTESTINE — COLON* 283
607. INTESTINE — COLON (afecțiuni ale...) *Vezi și: CANCER DE COLON* 284
608. INTESTINE — CONSTIPAȚIE *Vezi și: CANCER LA COLON* 284
609. INTESTINE— CROHN (boala lui...) SAU ILEITĂ *Vezi și: APENDICITĂ, INTESTINE — DIAREE* 285
610. INTESTINE — DIAREE 286
611. INTESTINE — DIVERTICULITA 287
612. INTESTINE — DIZENTERIE *Vezi și: INTESTINE— COLICI / DIAREE* 288
613. INTESTINE — GASTRO-ENTERITĂ *Vezi și: STOMAC / [AFECȚIUNI ALE...] / GASTRITĂ, INTESTINE — DIAREE, GREAȚĂ* 288
614. INTESTINE — RECT *Vezi și: ANUS* 289
615. INTESTINE — TENIA 290
616. INTESTIN SUBȚIRE (afecțiuni ale...) *Vezi și: INTESTINE — COLITĂ* 290
617. INTESTIN SUBȚIRE — RECTOCOLITA HEMORAGICĂ *Vezi și: INTESTINE — COLITA* 291
618. INTOLERANȚA LA GLUTEN 291
619. INTOXICAȚIE *Vezi: OTRĂVIRE [... PRIN MÂNCARE]* 292
620. INTRERUPERE VOLUNTARĂ A SARCINII *Vezi: NAȘTERE — AVORT* 295
621. ISTERIE *Vezi și: LEȘIN, NERVI [CRIZĂ DE...], NEVROZĂ* 292
622. ÎMBĂTRÂNIRE (afecțiuni legate de...) 293
623. ÎMBĂTRÂNIRE PATOLOGICĂ *Vezi: SENILITATE* 293
624. ÎNDOIALA 293
625. ÎNCHEIETURĂ *Vezi: ARTICULAȚII* 294
626. ÎNCHEIETURA MÂINII *Vezi și: ARTICULAȚII* 294
627. ÎNCHEIETURA MÂINII — SINDROMUL DE TUNEL CARPIAN 294
628. ÎNGĂLBENIRE *Vezi: ICTER* 295
629. KAPOSI (sarcomul lui...) *Vezi și: SIDA* 296
630. KILLIAN (polip al lui...) *Vezi: NAȘ — KILLIAN [POLIP AL LUI...]* 296
631. LABII *Vezi: VULVĂ* 297

632. LABIRINTITĂ *Vezi: CREIER — ECHILIBRU [PIERDERE...]* 297
633. LACRIMI *Vezi: PLÂNS* 297
634. LARINGE *Vezi: GÂT — LARINGE* 297
635. LARINGITĂ *Vezi: GÂT — LARINGITĂ* 297
636. LARINGE (cancer la...) *Vezi: CANCER LA LARINGE* 297
637. LENE 297
638. LEPRA *Vezi și: CRONICĂ [BOALĂ...], NERVI, PIELE / [ÎN GENERAL] / [AFECȚIUNI ALE...]* 297
639. LESBIANĂ *Vezi: HOMOSEXUALITATE* 298
640. LEȘIN SAU PIERDEREA CUNOȘTINȚEI *Vezi și: CREIER — SINCOPĂ, COMĂ* 298
641. LEUCEMIE *Vezi: SÂNGE — LEUCEMIE* 298
642. LEUCOPENIE *Vezi: SÂNGE — LEUCOPENIE* 298
643. LEUCOREE *Vezi și: CANDIDA, INFECȚII, PIELE— MÂNCĂRIME, SALPINGITĂ* 298
644. LEZIUNI *Vezi: PIELE — LEZIUNI* 299
645. LIGAMENTE *Vezi: ARTICULAȚII — ENTORSE* 299
646. LIMBA *Vezi și: GUST [TULBURĂRI DE...]* 299
647. LIMBĂ (cancer la...) *Vezi: CANCER LA LIMBĂ* 300
648. LIMFA (afecțiuni limfatice) *Vezi și: CANCER LA GANGLIONI [... A SISTEMULUI LIMFATIC], GANGLION [... LIMFATIC], INFECȚII, INFLAMAȚIE, EDEM, SISTEM IMUNITAR* 300
649. LIMFATISM 300
650. LIMFOM *Vezi: HODGKIN [BOALA A LUI...]* 300
651. LIPOM (în general) *Vezi și: CHIST* 300
652. LITIAZA BILIARĂ *Vezi: CALCULI BILIARI* 301
653. LITIAZA RENALĂ *Vezi: CALCULI RENALI* 301
654. LOCOMOȚIE *Vezi: SISTEM LOCOMOTOR* 301
655. LOMBAGO *Vezi: SPATE [DURERE DE...] - ZONA LOMBARĂ* 301
656. LOMBALGIE *Vezi: SPATE [DURERE DE...] — ZONA LOMBARĂ* 301
657. LORDOZĂ *Vezi: COLOANĂ VERTEBRALĂ [DEVIAȚIE A ...] — LORDOZĂ* 301
658. LSD (consum de...) *Vezi: DROGURI* 301
659. LUMBAGO *Vezi: SPATE [DURERE DE...] — ZONA LOMBARĂ* 301
660. LUPUS *Vezi: PIELE — LUPUS* 301
661. LUPUS ERITEMATOS CRONIC *Vezi: PIELE — LUPUS* 301
662. LUXAȚIE *Vezi și: ACCIDENT, FURIE, DURERE, OASE* 301
663. MALABSORBȚIE INTESTINALĂ *Vezi:INTESTINE* 303
664. MALARIA SAU PALUDISMUL Vezi și: COMA, FEBRA, SÂNGELE 303

665. MALFORMAȚIE (ÎN GENERAL)...(A INIMII) 303
666. MALFORMAȚII CONGENITALE 303
667. MAMELE Vezi: SÂNI 303
668. MANIACO-DEPRESIE *Vezi: PSIHOZĂ* 303
669. MANIE *Vezi și: ANGOASĂ, ANXIETATE* 304
670. MARIJUANA (CONSUM DE...) *Vezi: DROG* 304
671. MASOCHISM *Vezi: SADOMASOCHISM* 304
672. MASTITĂ *Vezi: SÂN-MASTITĂ* 304
673. MASTOIDITĂ *Vezi și: FEBRĂ, INFLAMAȚIE, URECHI-OTITĂ* 304
674. MASTOZĂ *Vezi: SÂNI* 304
675. MAXILARE 304
676. MĂDUVA SPINĂRII *Vezi și: SCLEROZA ÎN PLĂCI* 305
677. MĂDUVA OSOASĂ Vezi și: SÂNGE 306
678. MÂINI (ÎN GENERAL) 306
679. MÂINI (ARTROZA MÂINILOR) - *Vezi:ARTRITĂ* 307
680. MÂINI - BOALA LUI DUPUYTREN - *Vezi și: DEGETE* 307
681. MÂNCĂRIME *Vezi: PIELE — MÂNCĂRIME* 307
682. MÂNCĂRIME A ANUSULUI *Vezi: ANUS — MÂNCĂRIME ANALĂ* 307
683. MÂNCĂRIME VAGINALĂ *Vezi: VAGIN [ÎN GENERAL]* 307
684. MĂTREAȚA Vezi și: PĂR [AFECȚIUNI ALE...] 308
685. MEDIACALCOZĂ *Vezi: ARTEROSCLEROZĂ* 308
686. MEDICINA 308
687. MELANCOLIE *Vezi și: ANGOASĂ, DEPRESIE, PSIHOZĂ, SUICID* 308
688. MELANOM *Vezi :MELANOM MALIGN* 309
689. MEMORIE (DEFICITARĂ) *Vezi și: ALZHEIMER, AMNEZIE* 309
690. MENIERE (BOALA LUI) *Vezi și: ACUFENA, VERTIJ, SURDITATE* 309
691. MENINGITĂ *Vezi: CREIER-MENINGITĂ* 309
692. MENOPAUZĂ (DIFICULTĂȚI ALE...) 309
693. MENISC *Vezi: GENUNCHI (DURERE DE...)* 310
694. MENSTRUAȚIE-AMENOREE 310
695. MENSTRUAȚIE (DURERE MENSTRUALĂ) 310
696. MENSTRUAȚIE-METRORAGIE *Vezi și: FIBROM* 310
697. MENSTRUAȚIE- SINDROM PREMENSTRUAL (SPM) *Vezi și: DURERE* 311
698. MESCALINĂ (CONSUM DE...) *Vezi: DROG* 311
699. METABOLISM LENT *Vezi: GREUTATE (EXCES DE...)* 311
700. METEORISM *Vezi: GAZ* 311
701. METRORAGIE *Vezi: MENSTRUAȚIE-MENORAGIE* 311

702. MIASTENIE *Vezi: MUȘCHI — MIASTENIE* 311
703. MICOZĂ (... pe pielea capului, fire de păr și unghii) *Vezi: PĂR— MICOZĂ* 311
704. MICOZĂ (... la degetele de la picioare) SAU PICIOR DE ATLET *Vezi: PICIOARE — MICOZĂ* 311
705. MIGRENE *Vezi: CAP-MIGRENE* 311
706. MIJLOCUL SPATELUI *Vezi: SPATE* 311
707. MIOCARDITA *Vezi: INIMĂ♥ — MIOCARDITA* 311
708. MIOM UTERIN *Vezi: FIBROM ȘI CHIST* 311
709. MIOPATIE *Vezi: MUȘCHI — MIOPATIE* 311
710. MIOPIE *Vezi: OCHI — MIOPIE* 311
711. MIOZITĂ *Vezi: MUȘCHI — MIOZITĂ* 311
712. MIROS *Vezi: NAS* 311
713. MIROS CORPORAL ȘI TRANSPIRAȚIE *Vezi și: NAS* 311
714. M.N.I. (MNONUCLEOZA INFECȚIOASĂ) *Vezi: SÂNGE-MONONUCLEOZĂ* 312
715. MOARTE *Vezi și: AGORAFOBIE, ANXIETATE, EUTANASIE* 312
716. MOARTEA SUBITĂ A NOU-NĂSCUTULUI 313
717. MONGOLISM SAU TRISOMIE 21 SAU SINDROM DOWN 313
718. MONONUCLEOZA *Vezi: SÂNGE-MONONUCLEOZĂ INFECȚIOASĂ* 313
719. MUCOVISCIDOZĂ SAU FIBROZĂ CHISTICĂ *Vezi și: PANCREAS, PLĂMÂNI* 313
720. MUCOZITĂȚI ALE COLONULUI *Vezi: INTESTINE-COLITĂ* 313
721. MUȘCHI (ÎN GENERAL) 313
722. MUȘCHI – CONVULSII *Vezi și: CREIER-EPILEPSIE* 314
723. MUȘCHI-DISTROFIE MUSCULARĂ 314
724. MUȘCHI — FIBROMATOZĂ 314
725. MUȘCHI — MIASTENIE 315
726. MUȘCHI — MIOPATIE 315
727. MUȘCHI — MIOZITA 315
728. MUȘCHI — TETANOS *Vezi și: MUȘCHI— TRISMUS* 316
729. MUȘCHI — TRISMUS *vezi și: MUȘCHI— TETANOS* 316
730. NANISM— GIGANTISM *Vezi și: OASE — ACROMEGALIE* 317
731. NARCOLEPSIE - BOALA SOMNULUI *Vezi și: COMĂ, LEȘIN, INSOMNIE, SOMNOLENȚĂ* 318
732. NAS (în general) Vezi și: MIROS CORPORAL 318
733. NAS (afecțiuni ale...) 319
734. NAS CARE CURGE ÎN GÂT 321
735. NAS (congestie) *Vezi: CONGESTIE* 321
736. NAS — KILLIAN (polip al lui...) *Vezi și: TUMORĂ* 321

737. NAS (sângerări...) 321
738. NAS — SINUZITĂ 322
739. NAS (strănut) Vezi: STRĂNUT 322
740. NAS (sforăit) Vezi: SFORĂIT 322
741. NAŞTERE (felul în care s-a petrecut naşterea mea, ca şi copil...) *Vezi şi: NASTERE (ca mamă)* 323
742. NAŞTEREA PREMATURĂ 326
743. NEBUNIE Vezi şi: PSIHOZĂ 326
744. NEFRITĂ *Vezi: RINICHI — NEFRITĂ* 327
745. NEFRITĂ CRONICĂ *Vezi: BRIGHT [BOALA A LUI...]* 327
746. NEFROPATIE *Vezi: RINICHI— NEFRITĂ* 327
747. NELINIŞTE 327
748. NEMULŢUMIRE 327
749. NERVI (în general) 327
750. NERVI (criză de...) *Vezi şi: ISTERIE, NEVROZĂ* 328
751. NERVI — NEVRALGIE *Vezi şi: DURERE* 328
752. NERVI — NEVRITĂ 329
753. NERV OPTIC *Vezi: NERVI — NEVRITĂ* 329
754. NERVUL SCIATIC *Vezi şi: DURERE, SPATE / [AFECŢIUNI ALE ...] / ZONA LOMBARĂ, PICIOARE / [ÎN GENERAL] / [AFECŢIUNI ALE...]* 329
755. NERVOZITATE 330
756. NEURASTENIA *Vezi şi: BURNOUT, DEPRESIE, OBOSEALĂ [ÎN GENERAL]* 331
757. NEUROPATIE *Vezi: SISTEM NERVOS* 331
758. NEVOIE (în general) *Vezi: DEPENDENŢĂ* 331
759. NEVRALGIE *Vezi: NERVI — NEVRALGIE* 331
760. NEVRITĂ *Vezi: NERVI — NEVRITĂ* 331
761. NEVROZĂ *Vezi şi: ANGOASĂ, ISTERIE, OBSESIE* 331
762. NISTAGMUS *Vezi: OCHI — NISTAGMUS* 332
763. NODULI 332
764. NOSTALGIE *Vezi şi: MELANCOLIE* 333
765. OASE (în general) 334
766. OASE (afecţiuni ale...) 334
767. OASE — ACROMEGALIE 335
768. OASE (boală a oaselor) *Vezi: ANEXA IV* 335
769. OASE (cancer la...) Vezi şi: CANCER [ÎN GENERAL] 335
770. OASE (cancer la oase...) — SARCOMUL LUI EWING *Vezi şi: CANCER [ÎN GENERAL]* 336

771. OASE — DIFORMITATE 336
772. OASE — DISLOCARE 336
773. OASE — FRACTURĂ (... osoasă) *Vezi şi: SPATE — FRACTURI ALE VERTEBRELOR* 337
774. OASE — OSTEOMIELITĂ 337
775. OASE — OSTEOPOROZĂ 338
776. OBEZITATE *Vezi: GREUTATE [EXCES DE...]* 339
777. OBICEIURI *Vezi: DEPENDENŢĂ* 339
778. OBOSEALĂ (în general) 339
779. OBOSEALĂ CRONICĂ (sindromul de...) SAU ENCEFALOMIELITĂ MIALGICĂ *Vezi şi: CRONICĂ [BOALĂ...], FIBROMIALGIE* 339
780. OBRAZ (a-şi roade interiorul obrazului...) *Vezi: GURĂ [AFECŢIUNI ALE...]* 340
781. OBSESIE 340
782. OCHI *Vezi: OCHI [ÎN GENERAL]* 341
783. OCHI (ÎN GENERAL) 341
784. OCHI (afecţiuni ale...) 342
785. OCHI (afecţiuni ale copiilor) 344
786. OCHI — ASTIGMATISM 344
787. OCHI — CATARACTĂ 345
788. OCHI — CEARCĂNE 346
789. OCHI — CHERATITA Vezi şi: INFLAMAŢIE, ULCER 346
790. OCHI — COMOŢIA RETINIANĂ *Vezi şi: CREIER — COMOŢIE* 346
791. OCHI — CONJUNCTIVITĂ 346
792. OCHI — DALTONISM (non-perceperea culorilor) 347
793. OCHI — DEZLIPIREA DE RETINĂ 348
794. OCHI — DEGENERESCENŢĂ RETINIANĂ (maculară) 348
795. OCHI — GLAUCOM 349
796. OCHI - HIPERMETROPIE ŞI PREZBITISM 349
797. OCHI- MIOPIE 350
798. OCHI – NISTAGMUS 351
799. OCHI — ORBIRE 352
800. OCHI — PTERIGION 353
801. OCHI — PUPILE 353
802. OCHI — RETINITA PIGMENTARĂ SAU RETINOPATIA PIGMENTARĂ 354
803. OCHI — STRABISM (în general) 354
804. OCHI — STRABISM CONVERGENT 354
805. OCHI — STRABISM DIVERGENT 355

806. OCHI USCAȚI *Vezi: OCHI [AFECȚIUNI ALE...]* 356
807. OMBILIC (BURIC) 356
808. OMBILICALĂ (HERNIE...) *Vezi şi: HERNIE* 356
809. OMOPLAT 356
810. OMUCIDERE 357
811. OPIUM (consum de...) *Vezi: DROGURI* 357
812. OPRESIUNE 357
813. OPRESIUNE PULMONARĂ 357
814. OREION *Vezi şi: GLANDE SALIVARE, INFECȚII [ÎN GENERAL], BOLILE COPILĂRIEI* 358
815. ORGANE GENITALE *Vezi: GENITALE [ORGANE...]* 358
816. ORGELET *Vezi şi: FURUNCUL* 358
817. ORHITA *Vezi: TESTICULE [ÎN GENERAL]* 359
818. OTITĂ *Vezi: URECHI — OTITĂ* 359
819. OTRĂVIRE (... prin alimentație) 359
820. OVARE (în general) *Vezi şi: FEMININE [AFECȚIUNI...]* 359
821. OVARE (afecțiuni ale ovarelor...) 359
822. PALAT *Vezi: GURĂ — PALAT* 361
823. PALPITAȚII *Vezi: INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ* 361
824. PALUDISM *Vezi: MALARIE* 361
825. PANARIȚIU 361
826. PANCREAS *Vezi şi: SÂNGE / DIABET / HIPOGLICEMIE* 361
827. PANCREAS — PANCREATITĂ *Vezi şi: ANEXA III* 363
828. PANICĂ (atac de...) *Vezi: FRICĂ* 363
829. PARALIZIE (în general) 363
830. PARALIZIE CEREBRALĂ *Vezi: CREIER — PARALIZIE CEREBRALĂ* 364
831. PARALIZIE INFANTILĂ *Vezi: POLIOMIELITĂ* 364
832. PARANOIA *Vezi: PSIHOZĂ— PARANOIA* 364
833. PARKINSON (boala a lui...) *Vezi: CREIER — PARKINSON [BOALA A LUI...]* 364
834. PAROTIDE *Vezi: GLANDELE SALIVARE* 364
835. PARTEA DREAPTĂ *Vezi: MASCULIN [PRINCIPIU...]* 364
836. PARTEA STÂNGĂ *Vezi: FEMININ [PRINCIPIU...]* 365
837. PĂR (în general) 365
838. PĂR (boli de...) 365
839. PĂR — CALVIȚIE 366
840. PĂR GRIZONAT 367
841. PĂR — PELADĂ 368

842. PĂR (pierderea...) *Vezi: PĂR — CALVIȚIE* 369
843. PĂR DE PE CORP *Vezi şi: PĂRUL CAPULUI [PIERDEREA...]* 369
844. PĂR- PECINGINE *Vezi: PĂR [PIERDEREA...] / CALVIȚIE / PELADĂ* 369
845. PEDICULOZA *Vezi: PĂDUCHI* 370
846. PEDICULOZĂ PUBIANĂ *Vezi şi: VENERICE (BOLI...)* 370
847. PELADA *Vezi: PĂR — PELADĂ* 370
848. PELVIS *Vezi şi: BAZIN, ŞOLDURI* 370
849. PENIS (afecțiuni ale...) 370
850. PERETE (ANATOMIC) 371
851. PERICARDITĂ *Vezi: INIMĂ♥ — PERICARDITĂ* 371
852. PERITONITĂ *Vezi şi: APENDICITĂ* 371
853. PERONEU *Vezi: PICIOR — PARTEA INFERIOARĂ* 372
854. PETE ROŞII *Vezi: PIELE [AFECȚIUNI ALE...]* 372
855. PETE DE VIN *Vezi: PIELE — PETE DE VIN* 372
856. PICIOARE (în general) 372
857. PICIOARE (afecțiuni ale) 372
858. PICIOARE - GAMBE (în general) *Vezi şi: SISTEM LOCOMOTOR* 374
859. PICIOARE – GAMBE (afecțiuni ale...) 374
860. PICIOARE — GAMBE — PARTEA INFERIOARĂ (PULPA) 375
861. PICIOARE — PARTEA SUPERIOARĂ (COAPSE) *Vezi şi: COAPSE [ÎN GENERAL]* 376
862. PICIOARE — VARICE *Vezi: SÂNGE — VARICE* 377
863. PICIOR DE ATLET *Vezi: PICIOARE— MICOZĂ* 377
864. PICIOARE — BĂTĂTURI, DURILLON *Vezi şi: PIELE — CALOZITATE* 377
865. PICIOARE — MICOZĂ (... între degetele de la picioare) SAU PICIOR DE ATLET *Vezi şi: PIELE / [ÎN GENERAL] / [AFECȚIUNI ALE...], SISTEM IMUNITAR* 378
866. PICIOR — SPINA CALCANEANĂ Vezi şi: CĂLCÂI 378
867. PICIOARE — VERUCI PLANTARE *Vezi şi: PICIOARE — DURILLON* 378
868. PIELE (în general) 379
869. PIELE (afecțiuni ale...) 380
870. PIELE — ACNEE *Vezi şi: PIELE / COŞURI / PUNCTE NEGRE, FAȚĂ* 382
871. PIELE — ACNEE ROZACEE SAU CUPEROZĂ *Vezi şi: PIELE / COŞURI / PUNCTE NEGRE, FAȚĂ* 383
872. PIELE — ACROCHERATOZA Vezi şi: PIELE — ACRODERMATITĂ 384
873. PIELE — ACRODERMATITA 384
874. PIELE— ALBINISM Vezi şi: PIELE — VITILIGO 384

875. PIELE — ANTRAX *Vezi şi: PIELE— FURUNCULI* 385
876. PIELE — BĂŞICI 385
877. PIELE — CALOZITATE *Vezi şi: PICIOARE — DURILLON ŞI BĂTĂTURI* 386
878. PIELE— CICATRICE 386
879. PIELE — COŞURI *Vezi şi: HERPES / [... ÎN GENERAL, ... BUCAL], PIELE — ACNEE* 387
880. PIELE — CRĂPĂTURI 387
881. PIELE — DEGERĂTURI *Vezi şi: FRIG [ÎNGHEŢ...]* 388
882. PIELE — DERMATITĂ 388
883. PIELE — DERMATITA SEBOREICĂ 389
884. PIELE — ECZEMA 389
885. PIELE — EPIDERMITA *Vezi şi: ANEXA III, HERPES, PIELE* 391
886. PIELE — ERUPŢIE (... de coşuri) *Vezi şi: PIELE — MÂNCĂRIME* 391
887. PIELE — FURUNCULI *Vezi şi: INFLAMAŢIE* 392
888. PIELE — FURUNCULI VAGINALI 392
889. PIELE — SCABIE (RÂIE) 393
890. PIELE — IMPETIGO 393
891. PIELE — KERATOZĂ *Vezi şi: PIELE — ACROKERATOZĂ, PICIOARE / DURILLON / BĂTĂTURI* 393
892. PIELE — LEUCODERMIE *Vezi şi: CICATRICE, PIELE — ALBINISM / VITILIGO* 394
893. PIELE — LIPOM 394
894. PIELE — LUPUS (eritematos cronic) 395
895. PIELE — MÂNCĂRIME *Vezi şi: PIELE — ERUPŢIE [... COŞURI]* 395
896. PIELE — MÂNCĂRIME ÎN ZONA ANUSULUI *Vezi: ANUS — MÂNCĂRIME* 396
897. PIELE — MELANOM MALIGN 396
898. PIELE — PETE DE VIN, ANGIOM MATUR SAU PLAN 397
899. PIELE — PSORIAZIS 398
900. PIELE — PUNCTE NEGRE *Vezi şi: FAŢĂ* 399
901. PIELE — SCLERODERMIE *Vezi şi: SISTEM IMUNITAR* 399
902. PIELE — URTICARIE 399
903. PIELE — VARICELA *Vezi şi: BOLILE COPILĂRIEI — VARICELA* 400
904. PIELE — VÂNĂTĂI 401
905. PIELE — VERGETURI 401
906. PIELE — VERUCI, NEGI (în general) *Vezi şi: TUMORI* 402
907. PIELE — VERUCI PLANTARE *Vezi: PICIOARE — VERUCI PLANTARE* 403
908. PIELE — VITILIGO 403

909. PIELEA CAPULUI *Vezi: PĂR — PIELE — MÂNCĂRIME, MĂTREAŢĂ* 404
910. PIEPT 404
911. PIEPT (angină la...) *Vezi: ANGINĂ PECTORALĂ* 404
912. PIERDEREA CUNOŞTINŢEI *Vezi: LEŞIN* 404
913. PIERDEREA POFTEI DE MÂNCARE *Vezi: POFTĂ DE MÂNCARE [PIERDEREA...]* 404
914. PIETRE LA FICAT *Vezi: CALCULI BILIARI* 404
915. PIETRE LA RINICHI *Vezi: CALCULI RENALI* 404
916. PINEALĂ *Vezi: GLANDA PINEALĂ* 404
917. PIOREE (gingivită expulsivă) *Vezi: GINGII [AFECŢIUNI ALE...]* 405
918. « PIPI ÎN PAT » *Vezi şi: INCONTINENŢĂ [... FECALĂ, ... URINARĂ]* 405
919. PIREXIE *Vezi: FEBRĂ* 405
920. PITUITARĂ *Vezi: GLANDA PITUITARĂ* 405
921. PLAGĂ *Vezi: ACCIDENT* 405
922. PLĂMÂNI (în general) *Vezi şi: BRONŞII* 405
923. PLĂMÂNI (afecţiuni ale...) *Vezi şi: ASTM, BRONŞII — BRONŞITĂ, SCLEROZĂ* .. 406
924. PLĂMÂNI — BOALA LEGIONARILOR 407
925. PLĂMÂNI (cancer la...) *Vezi:CANCER LA PLĂMÂNI* 407
926. PLĂMÂNI — CONGESTIE *Vezi: CONGESTIE* 407
927. PLĂMÂNI — EMFIZEM PULMONAR 407
928. PLĂMÂNI — PNEUMONIE ŞI PLEUREZIE 408
929. PLÂNS 409
930. PLEOAPE (în general) *Vezi şi: TRĂSĂTURI* 410
931. PLEOAPE (clipit al...) 410
932. PLEUREZIE *Vezi: PLĂMÂNI — PNEUMONIE SI PLEUREZIE* 411
933. PLEURITĂ *Vezi: PLĂMÂNI — PNEUMONIE SI PLEUREZIE* 411
934. PLICTISEALĂ *Vezi şi: DEPRESIE, MELANCOLIE* 411
935. PLOMBĂ *Vezi: DINŢI — CARIE DENTARĂ* 411
936. PNEUMONIE *Vezi: PLĂMÂNI— PNEUMONIE SI PLEUREZIE* 411
937. PNEUMOPATIE *Vezi: CONGESTIE* 411
938. POINT DE CÔTÉ SAU DURERE IRADIANTĂ 411
939. POLIARTRITA CRONICĂ EVOLUTIVĂ *Vezi: ARTRITA — POLIARTRITA REUMATOIDĂ* 411
940. POLIOMIELITA 411
941. POLIOREXIE Vezi: BULIMIE 412
942. POLIPI 412
943. PRESIUNE ARTERIALĂ SAU SANGUINĂ *Vezi: TENSIUNE ARTERIALĂ* 412

944. PREZBITISM *Vezi: OCHI— HIPERMETROPIE SI PREZBITISM* 412
945. PRINCIPIUL MASCULIN *Vezi şi: FEMININ* 413
946. PROBLEME CARDIACE *Vezi: INIMĂ♥ — PROBLEME CARDIACE* 413
947. PROBLEME LEGATE DE PALPITAŢII *Vezi: INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ* 413
948. PROLAPSUL (coborârea unui organ) *Vezi şi: PROSTATĂ [COBORÂRE DE...]* 413
949. PROSTATA (în general) 413
950. PROSTATA (afecţiuni ale...) 414
951. PROSTATĂ (coborâre...) *Vezi şi: PROLAPS* 415
952. PROSTATĂ — PROSTATITĂ *Vezi şi: ANEXA III, INFECŢIE, INFLAMAŢIE* 415
953. PRURIT *Vezi: PIELE — MÂNCĂRIME* 415
954. PSIHOSOMATICĂ (boală...) *Vezi: BOALĂ PSIHOSOMATICĂ* 415
955. PSIHOZĂ (în general) 416
956. PSIHOZA— PARANOIA 417
957. PSIHOZĂ — SCHIZOFRENIE 417
958. PSORIASIS *Vezi: PIELE — PSORIASIS* 419
959. PUBIANĂ (pilozitate) 419
960. PUBIS (osul...) *Vezi şi: ACCIDENT, OASE — FRACTURI [... OSOASE], TENDOANE* 419
961. PULS (anomalii ale...) *Vezi: INIMĂ♥ ARITMIE CARDIACĂ* 419
962. PUNCTE NEGRE *Vezi: PIELE — PUNCTE NEGRE* 419
963. RAHITISM 420
964. RANĂ *Vezi: ACCIDENT, TĂIETURĂ* 420
965. RANCHIUNĂ 420
966. RAYNAUD (boala a lui...) *Vezi şi: SÂNGE — CIRCULAŢIE SANGUINĂ* 420
967. RĂCEALĂ – RINITĂ *Vezi şi: ALERGIE — FEBRA FÂNULUI* 421
968. RĂGUŞEALĂ *Vezi şi: AFONIE* 422
969. RĂGUŞEALĂ *Vezi: GÂT — RĂGUŞEALĂ* 423
970. RĂU DE AER *Vezi:RĂU DE MARE* 423
971. RĂU DE ALTITUDINE *Vezi:RĂU DE MUNTE* 423
972. RĂU DE CAP *Vezi:CAP* 423
973. RĂU DE CĂLĂTORIE *Vezi:RĂU DE TRANSPORT* 423
974. RĂU DE GÂT *Vezi:GÂT- FARINGITA* 423
975. RĂU DE INIMĂ *Vezi:GREŢURI* 423
976. RĂU DE MUNTE *Vezi şi: APETIT, BALONĂRI, GREŢURI, AMEŢELI* 423
977. RĂU DE MARE - *Vezi şi: RĂU DE TRANSPORT* 423
978. RĂU DE MAŞINĂ Vezi:RĂU DE MARE 424

979. RĂU DE TRANSPORT - *Vezi şi: ANXIETATE, RĂU DE MARE, GREŢURI, AMEŢELI* 424
980. RĂU DE SPATE *Vezi: SPATE ÎN GENERAL* 424
981. RĂU DE STOMAC *Vezi şi: INTESTINE* 424
982. RĂUTATE *Vezi şi: DREPTATE (EU AM...)* 425
983. RÂGÂIT, ERUCTAŢIE *Vezi: ERUCTAŢIE* 425
984. RECT *Vezi: INTESTINE— RECT* 425
985. REGRETE 425
986. RESPIRAŢIE (în general) 425
987. RESPIRAŢIE (afecţiuni de...) *Vezi: ASTM, GÂT [AFECŢIUNI ALE...], MOARTE SUBITĂ A NOU-NĂSCUTULUI, PLĂMÂNI [AFECŢIUNI ALE...]* 425
988. RESPIRAŢIE — ASFIXIE *Vezi şi: ASTM, RESPIRAŢIE [AFECŢIUNI DE...]* 426
989. RESPIRAŢIE — SUFOCARE 427
990. RESPIRAŢIE — TRAHEITĂ 427
991. RETENŢIA APEI *Vezi şi: EDEM* 427
992. RETINITĂ PIGMENTARĂ *Vezi: OCHI— RETINITĂ PIGMENTARĂ* 428
993. RETINOPATIE PIGMENTARĂ *Vezi: OCHI — RETINITA PIGMENTARĂ* 428
994. RETRAGEREA ÎN SINE 428
995. REUMATISM *Vezi şi: ARTRITĂ — POLIARTRITĂ REUMATOIDĂ, ARTICULAŢII, INFLAMAŢII* 428
996. RIDURI 429
997. RIGIDITATE (... articulară, ... musculară) 430
998. RINICHI (probleme renale) *Vezi şi: CALCULI / [ÎN GENERAL] / RENALI, FRICĂ* 430
999. RINICHI — ANURIE *Vezi şi:* RINICHI [PROBLEME RENALE] 432
1000. RINICHI— NEFRITĂ *Vezi şi: FURIE, INFLAMAŢIE, FRICĂ* 432
1001. RINICHI — PIETRE LA RINICHI *Vezi:CALCULI RENALI* 433
1002. RINICHI (durere în zona...) (lumbago) *Vezi: SPATE / [DURERI DE...] / ZONA INFERIOARĂ* 433
1003. RINITA *Vezi: RĂCEALĂ [...CREIER]* 433
1004. RINOFARINGITĂ *Vezi: GÂT — FARINGITĂ* 433
1005. RITM CARDIAC (tulburări de...) *Vezi: INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ* 433
1006. ROŞEAŢĂ *Vezi: PIELE [AFECŢIUNI ALE...]* 433
1007. ROTULĂ 433
1008. RUBEOLĂ *Vezi: BOLILE COPILĂRIEI* 433
1009. RUJEOLĂ *Vezi: BOLILE COPILĂRIEI* 433
1010. SARCOIDOZA 434

1011. SARCOMUL LUI EWING *Vezi: OASE [CANCER DE...] — SARCOMUL LUI EWING* ... 434
1012. SACRU (OS) *Vezi: SPATE — PARTEA INFERIOARĂ* ... 434
1013. SADISM *Vezi: SADOMASOCHISM* ... 434
1014. SADOMASOCHISM ... 434
1015. SALIVĂ (în general) *Vezi și: GLANDE SALIVARE, OREION* ... 435
1016. SALIVĂ — HIPER ȘI HIPOSALIVȚIE *Vezi și: GURĂ* ... 435
1017. SALMONELOZĂ SAU FEBRA TIFOIDĂ *Vezi și: OTRĂVIRE [... PRIN MÂNCARE], INDIGESTIE, INFECȚII [ÎN GENERAL], INTESTINE — DIAREE, GREȚURI* ... 436
1018. SALPINGITA *Vezi și: CRONICĂ [BOALĂ...], FEMININE [AFECȚIUNI...], INFECȚII [ÎN GENERAL]* ... 436
1019. SARCINĂ (afecțiuni în...) *Vezi și: NAȘTERE, GREȚURI, SÂNGE — DIABET* ... 437
1020. SARCINA (... prelungită) ... 437
1021. SARCINĂ — ECLAMPSIE *Vezi și: CREIER — EPILEPSIE, TENSIUNE ARTERIALĂ— HIPERTENSIUNE* ... 438
1022. SARCINA ECTOPICĂ SAU EXTRAUTERINĂ ... 438
1023. SARCINA *Vezi: NAȘTERE — AVORT* ... 439
1024. SARCINA FALSĂ ... 439
1025. SÂNGE (în general) ... 439
1026. SÂNGE (afecțiuni ale...) Vezi și: SÂNGE / ANEMIE / LEUCEMIE ... 440
1027. SÂNGE — ANEMIE Vezi și: SÂNGE / CIRCULAȚIA SANGUINĂ / LEUCEMIE ... 440
1028. SÂNGE — ARTERE ... 441
1029. SÂNGE — CANGRENĂ Vezi și: AMPUTARE, INFECȚII ... 442
1030. SÂNGE — CIRCULAȚIE SANGUINĂ *Vezi și: INIMĂ♥, RAYNAUD [BOALA A LUI ...]* ... 443
1031. SÂNGE COAGULAT(... în vene sau în artere), CHEAG *Vezi și: SÂNGE -TROMBOZĂ* ... 444
1032. SÂNGE — COLESTEROL *Vezi și: SÂNGE / [ÎN GENERAL] / CIRCULAȚIA SÂNGELUI* ... 444
1033. SÂNGE — DIABET (... zaharat) *Vezi și: BOLI EREDITARE, SÂNGE - HIPOGLICEMIE* ... 445
1034. SÂNGE (în scaun...) *Vezi și: SÂNGE— SÂNGERĂRI* ... 448
1035. SÂNGE — FEBLITA ... 448
1036. SÂNGE — HEMATOM *Vezi și: ACCIDENT, SÂNGE / [ÎN GENERAL] / CIRCULAȚIA SANGUINĂ* ... 449
1037. SÂNGE — HEMATURIE *Vezi și: ADENOM, VEZICĂ / [AFECȚIUNI ALE...] / CISTITĂ, URINĂ [INFECȚII URINARE]* ... 449

1038. SÂNGE — HEMOFILIE *Vezi și: BOLI EREDITARE, SÂNGE / [ÎN GENERAL] / [AFECȚIUNI ALE...] / CIRCULAȚIE SANGUINĂ / DIABET* ... 450
1039. SÂNGE — HEMORAGIE ... 451
1040. SÂNGE — HIPOGLICEMIE *Vezi și: ALERGII [ÎN GENERAL], CREIER — ECHILIBRU [PIERDERE DE...], SÂNGE— DIABET* ... 452
1041. SÂNGE — LEUCEMIE *Vezi și: CANCER [ÎN GENERAL], SÂNGE / ANEMIE / CIRCULAȚIE SANGUINĂ* ... 453
1042. SÂNGE — LEUCOPENIE ... 454
1043. SÂNGE — MONONUCLEOZA INFECȚIOASĂ *Vezi și: ANGINĂ, OBOSEALĂ, INFECȚII [în general], SPLINĂ, CAP [DURERI DE ...]* ... 454
1044. SÂNGE — PLACHETE SANGUINE, TROMBOCITE *Vezi și: SÂNGE COAGULAT — TROMBOZĂ* ... 455
1045. SÂNGE — SÂNGERĂRI ... 455
1046. SÂNGE — SEPTICEMIE ... 455
1047. SÂNGE — TROMBOZĂ *Vezi și: SÂNGE / CIRCULAȚIE SANGUINĂ / COAGULARE* ... 455
1048. SÂNGE — VARICE ... 456
1049. SÂNGERĂRI *Vezi: SÂNGE — SÂNGERĂRI* ... 457
1050. SÂNGERĂRI NAZALE *Vezi: NAS [SÂNGERĂRI...]* ... 457
1051. SÂNGERĂRI GINGIVALE *Vezi: GINGII [SÂNGERĂRI ALE...]* ... 457
1052. SÂNI (în general) ... 457
1053. SÂNI (afecțiuni ale...) (dureri, chisturi) *Vezi și: CANCER LA SÂN, SÂN — MASTITĂ* ... 458
1054. SÂNI — ALĂPTARE (dificultăți de...) *Vezi și: SÂNI — MASTITĂ* ... 459
1055. SÂNI (cancer la...) *Vezi: CANCER LA SÂN* ... 459
1056. SÂNI — MASTITĂ ... 459
1057. SCABIE, RÂIE *Vezi: PIELE — SCABIE SAU RÂIE* ... 460
1058. SCARLATINĂ *Vezi: BOLILE COPILĂRIEI* ... 460
1059. SCHELET *Vezi: OASE* ... 460
1060. SCHIZOFRENIE *Vezi: PSIHOZĂ — SCHIZOFRENIE* ... 460
1061. SCIATIC (nervul...) *Vezi: NERVUL SCIATIC* ... 460
1062. SCLERODERMIE *Vezi: PIELE — SCLERODERMIE* ... 460
1063. SCLEROZA *Vezi și: INFLAMAȚIE, SISTEM IMUNITAR* ... 460
1064. SCLEROZA ÎN PLĂCI ... 461
1065. SCLEROZA — LATERALĂ AMIOTROFICĂ *Vezi: CHARCOT [BOALA LUI...]* ... 463
1066. SCOLIOZA *Vezi: COLOANA VERTEBRALĂ [DEVIERI ALE...] — SCOLIOZA* ... 463

1067. SCRÂSNIT DIN DINȚI *Vezi: DINȚI [SCRÂSNIT DIN...], MAXILARE [DURERE DE...]* ... 463
1068. SCRUPULE ... 463
1069. SCURGERI VAGINALE *Vezi: LEUCOREE* ... 463
1070. SENECTUTE *Vezi: BĂTRÂNEȚE [AFECȚIUNI DE...]* ... 463
1071. SENILITATE ... 463
1072. SEPTICEMIE *Vezi: SÂNGE — SEPTICEMIE* ... 463
1073. SETE *Vezi și: INSOLAȚIE, RINICHI [PROBLEME RENALE], SÂNGE — DIABET* ... 463
1074. SEXUALE (DEVIAȚII ŞI PERVERSIUNI ÎN GENERAL) ... 464
1075. SEXUALE (FRUSTRĂRI, LIPSA DORINȚEI...) *Vezi și: EJACULARE PRECOCE* ... 464
1076. SEXUALĂ (HĂRȚUIRE...) ... 465
1077. SFORĂIT ... 465
1078. SIDA (SINDROMUL IMUNODEFICIENȚEI DOBÂNDITE) ... 465
1079. SIFILIS *Vezi: VENERICE [BOLI...]* ... 467
1080. SINCOPĂ *Vezi: CREIER — SINCOPĂ* ... 467
1081. SINDROMUL BĂUTORILOR DE LAPTE *Vezi: BĂUTORI DE LAPTE [SINDROMUL...]* ... 467
1082. SINDROMUL LUI BURNETT *Vezi: BĂUTORI DE LAPTE [SINDROMUL ...]* ... 467
1083. SINDROMUL CANALULUI CARPIAN *Vezi: CRAMPA SCRIITORULUI* ... 467
1084. SINDROMUL LUI CUSHING *Vezi: CUSHING [SINDROMUL LUI...]* ... 467
1085. SINDROMUL DOWN *Vezi: MONGOLISM* ... 467
1086. SINDROMUL LUI GÉLINEAU *Vezi: NARCOLEPSIE* ... 467
1087. SINDROMUL LUI GUILAIN-BARRÉ SAU POLIRADICULONEVRITA ACUTĂ *Vezi și: SISTEM IMUNITAR* ... 467
1088. SINDROMUL IMUNODEFICIENȚEI DOBÂNDITE *Vezi: SIDA* ... 468
1089. SINDRMUL MARFAN ... 468
1090. SINDROMUL DE OBOSEALĂ CRONICĂ *Vezi: OBOSEALĂ CRONICĂ [SINDROM DE...]* ... 468
1091. SINDROMUL PREMENSTRUAL *Vezi: MENSTRUAȚIE— SINDROM PREMENSTRUAL* ... 468
1092. SINDROM RESPIRATOR ACUT SEVER (S.R.A.S.) SAU PNEUMOPATIE ATIPICĂ *Vezi și: PLĂMÂNI — PNEUMONIE, RESPIRAȚIE* ... 468
1093. SINDROM DE SUPRAUTILIZARE *Vezi și: SPATE [AFECȚIUNI ALE...], INFLAMAȚII, TENDOANE* ... 469
1094. SINDROMUL UNGHIILOR GALBENE *Vezi: UNGHII GALBENE [SINDROM AL...]* ... 469

1095. SINDROMUL DE TUNEL CARPIAN *Vezi: ÎNCHEIETURA MÂINII — SINDROMUL DE TUNEL CARPIAN* ... 469
1096. SINUCIDERE *Vezi și: ANGOASĂ, ANXIETATE, MELANCOLIE* ... 469
1097. SINUS PILONIDAL *Vezi și: SPATE / [AFECȚIUNI ALE...] / PARTEA INFERIOARĂ A SPATELUI, INFECȚII [ÎN GENERAL]* ... 470
1098. SINUZITĂ *Vezi: NAS — SINUZITĂ* ... 470
1099. SISTEM IMUNITAR *Vezi și: SIDA* ... 470
1100. SISTEM LOCOMOTOR *Vezi și: OASE* ... 471
1101. SISTEM LIMFATIC *Vezi și: GANGLIONI [LIMFATICI]* ... 472
1102. SISTEMUL NERVOS *Vezi și: NERVI [ÎN GENERAL]* ... 472
1103. SLĂBICIUNE (STARE DE...) *Vezi și: ASTENIE NERVOASĂ* ... 472
1104. SLĂBIREA *Vezi:.și: ANOREXIE, EXCES DE GREUTATE)* ... 473
1105. SOMN (BOALA SOMNULUI...) *Vezi: NARCOLEPSIE* ... 473
1106. SOMN (TULBURĂRI DE...) *Vezi: INSOMNIE* ... 473
1107. SOMNAMBULISM (SOMNAMBUL) ... 474
1108. SOMNOLENȚA ... 474
1109. SPASM ... 474
1110. SPASMOFILIE Vezi și: TETANIE ... 475
1111. SPATE (în general) ... 475
1112. SPATE (durere...) — PARTEA SUPERIOARĂ (7 vertebre cervicale) ... 476
1113. SPATE (durere de...) — MIJLOCUL SPATELUI (12 vertebre dorsale) ... 482
1114. SPATE (dureri de...) — ZONA LOMBARĂ ... 489
1115. SPATE— FRACTURĂ A VERTEBRELOR *Vezi și: OASE — FRACTURĂ* ... 496
1116. SPLINA ... 496
1117. S.P.M. (sindrom premenstrual) *Vezi: MENSTRUAȚIE — SINDROM PREMENSTRUAL* ... 497
1118. S.R.A.S. *Vezi: SINDROM RESPIRATOR ACUT SEVER* ... 497
1119. STARE DE RĂU ... 497
1120. STARE VEGETATIVĂ CRONICĂ *Vezi: CREIER — STARE VEGETATIVĂ CRONICĂ* ... 498
1121. STÂNGACI ... 498
1122. STERILITATEA ... 498
1123. STERN ... 499
1124. STRABISM *Vezi: OCHI — STRABISM* ... 500
1125. STRES ... 500
1126. STOMAC (în general) ... 500
1127. STOMAC (durere de...) *Vezi și: STOMAC— ARSURI LA STOMAC* ... 501

1128. STOMAC — AEROFAGIE ... 502
1129. STOMAC (cancer la...) *Vezi: CANCER LA STOMAC* ... 502
1130. STOMAC— ARSURI LA STOMAC ... 503
1131. STOMAC — GASTRITĂ *Vezi și: INFLAMAȚIE* ... 503
1132. STRĂNUT ... 504
1133. SUBLINGUALE (glande...) *Vezi: GLANDE SALIVARE* ... 504
1134. SUFOCARE *Vezi: RESPIRAȚIE— SUFOCARE* ... 504
1135. SUGHIȚ ... 504
1136. SUPĂRARE *Vezi: MELANCOLIE* ... 504
1137. SUPRAPONDERAL *Vezi: GREUTATE [EXCES DE...]* ... 505
1138. SUPRAOXIGENARE *Vezi: HIPERVENTILAȚIE* ... 505
1139. SUPRARENALE *Vezi: GLANDE* ... 505
1140. SUPTUL DEGETULUI ... 505
1141. SURDITATE *Vezi: URECHI— SURDITATE* ... 505
1142. SURDO-MUT *Vezi și: URECHI — SURDITATE* ... 505
1143. ȘALAZION *Vezi: PLEOAPE* ... 507
1144. ȘANCRU (în general) *Vezi: ULCER (E) [ÎN GENERAL]* ... 507
1145. ȘANCRU — ULCER BUCAL (herpes) *Vezi: GURĂ [DURERE DE...]* ... 507
1146. ȘOLDURI *Vezi și: BAZIN* ... 507
1147. ȘOLDURI (dureri de...) ... 508
1148. TABAGISM *Vezi: FUMAT* ... 510
1149. TAHICARDIE *Vezi: INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ* ... 510
1150. TALAMUS ... 510
1151. TARTRU *Vezi: DINȚI [AFCȚIUNI ALE...]* ... 510
1152. TĂIETURĂ Vezi: ACCIDENT ... 510
1153. TENDINITĂ *Vezi: TENDON [ÎN GENERAL]* ... 511
1154. TENDON (în general) ... 511
1155. TENDONUL LUI AHILE ... 512
1156. TENIA *Vezi: INTESTINE — TENIA* ... 512
1157. TENIS ELBOW *Vezi: COATE— EPICONDILITĂ* ... 512
1158. TENSIUNE ARTERIALĂ— HIPERTENSIUNE ... 512
1159. TENSIUNE ARTERIALĂ — HIPOTENSIUNE ... 513
1160. TESTICULE (în general) *Vezi și: PENIS [AFECȚIUNI ALE...]* ... 514
1161. TESTICULE (cancer de...) *Vezi: CANCER DE TESTICULE* ... 515
1162. TETANIE ... 515
1163. TETANOS *Vezi: MUȘCHI — TETANOS* ... 515
1164. TETRAPLEGIE *Vezi: PARALIZIE [ÎN GENERAL]* ... 515

1165. TIBIA *Vezi: PICIOARE— PARTEA INFERIOARĂ* ... 515
1166. TICURI *Vezi: CREIER — TICURI* ... 515
1167. TIMIDITATE ... 515
1168. TIMPANISM ... 516
1169. TIMUS *Vezi: GLANDA — TIMUS* ... 516
1170. TIROIDĂ *Vezi: GLANDA TIROIDĂ ÎN GENERAL* ... 516
1171. TOROPEALĂ *Vezi: AMORȚEALĂ* ... 516
1172. TORSIUNE DE TESTICULE *Vezi: TESTICULE [ÎN GENERAL]* ... 516
1173. TORTICOLIS *Vezi: GÂT — TORTICOLIS* ... 516
1174. TOXICOMANIA *Vezi și: ALCOOLISM, FUMAT, COMPULSIE NERVOASĂ, DEPENDANȚĂ, DROGURI, PLĂMÂNI [ÎN GENERAL]* ... 516
1175. TRAHEITĂ *Vezi: RESPIRAȚIE — TRAHEITĂ* ... 517
1176. TRAHEOBRONȘITĂ *Vezi: BRONȘITĂ, RESPIRAȚIE — TRAHEITĂ* ... 517
1177. TRANSPIRAȚIE *Vezi: MIROS CORPORAL* ... 517
1178. TREMURAT *Vezi și: PARKINSON [BOALA A LUI...]* ... 517
1179. TRISMUS *Vezi: MUȘCHI — TRISMUS* ... 517
1180. TRISOMIE 21 *Vezi: MONGOLISM* ... 517
1181. TRISTEȚE *Vezi și: SUPĂRARE, MELANCOLIE, SÂNGE / COLESTEROL / DIABET / HIPOGLICEMIE* ... 517
1182. TROMBOANGEITA OBLITERANTĂ *Vezi: BUERGER [BOALA LUI...]* ... 518
1183. TROMBOZA *Vezi: SÂNGE — TROMBOZĂ* ... 518
1184. TROMBOZA CORONARIANĂ *Vezi: INIMĂ♥ — TROMBOZA CORONARIANĂ* ... 518
1185. TROMPĂ UTERINĂ (INFECȚIA UNEI...) *Vezi: SALPINGITĂ* ... 518
1186. TUBERCULOZA *Vezi și: PLĂMÂNI [AFECȚIUNI ALE ...]* ... 518
1187. TUMORĂ (TUMORI) Vezi și: CHIST, CANCER [ÎN GENERAL...] ... 519
1188. TUMORĂ LA CREIER *Vezi: CREIER [TUMORĂ...]* ... 519
1189. TUMORĂ MALIGNĂ *Vezi: CANCER [ÎN GENERAL...]* ... 519
1190. TURBARE ... 519
1191. TUSE *Vezi și: GÂT / [ÎN GENERAL] / [DURERI DE...]* ... 520
1192. TUSE CONVULSIVĂ Vezi: BOLILE COPILĂRIEI ... 520
1193. ȚESUT CONJUNCTIV (fragilitate a...) ... 521
1194. UITARE (a pierde lucruri) *Vezi și: ACCIDENT* ... 522
1195. ULCER(E) (în general) ... 522
1196. ULCER BUCAL (herpes) SAU ȘANCRU *Vezi: GURĂ [AFECȚIUNI ALE...]* ... 523
1197. ULCER PEPTIC SAU GASTRIC (la duoden sau stomac) ... 523
1198. UMERI (în general) *Vezi și: ARTICULAȚII* ... 523
1199. UMERII CURBAȚI ... 525

1200. UMFLARE (în general) 525
1201. UMFLAREA (... abdomenului) 526
1202. UNGHII (în general) 526
1203. UNGHII (a-și roade unghiile...) 527
1204. UNGHIE ÎNCARNATĂ 527
1205. UNGHII ÎNGĂLBENITE (sindrom al...) 528
1206. UNGHII MOI ȘI CASANTE 528
1207. URĂ 528
1208. URECHI (în general) *Vezi și: URECHI— SURDITATE* 529
1209. URECHI (afecțiuni ale...) *Vezi și: URECHI / ACUFENA /*
BÂZÂIT ÎN URECHI / OTITĂ 529
1210. URECHI — ACUFENA *Vezi și: URECHI — BÂZÂIT ÎN URECHI* 530
1211. URECHI — BÂZÂIT ÎN URECHI *Vezi și: URECHI — ACUFENĂ* 532
1212. URECHI — OTITĂ 533
1213. URECHI — SURDITATE 533
1214. UREMIE Vezi și: RINICHI [PROBLEME RENALE] 534
1215. URETRITĂ *Vezi și: ANEXA III* 535
1216. URINA (INFECȚII URINARE) SAU CISTITA *Vezi și: INCONTINENȚĂ*
[... URINARĂ], INFECȚII [ÎN GENERAL], LEUCOREE, VAGIN — VAGINITĂ,
VEZICĂ [AFECȚIUNI ALE...] 535
1217. URTICARIE *Vezi: PIELE — URTICARIE* 536
1218. USCĂCIUNE VAGINALĂ *Vezi: VAGIN [ÎN GENERAL]* 536
1219. UTER (în general) *Vezi și: CANCER DE COL UTERIN, FEMININE*
[AFECȚIUNI...], PROLAPS 536
1220. UTER (CANCER DE COL UTERIN...) *Vezi: CANCER LA UTER [COL ȘI CORP]* 537
1221. VAGIN (în general) 538
1222. VAGIN — MÂNCĂRIMI VAGINALE *Vezi: MÂNCĂRIMI VAGINALE* 538
1223. VAGINAL — HERPES *Vezi: HERPES VAGINAL* 538
1224. VAGINALE (scurgeri...) *Vezi: LEUCOREE* 538
1225. VAGINALE (spasme...) *Vezi: SPASME* 538
1226. VAGINITE Vezi și: CANDIDA, LEUCOREE, URINĂ [INFECȚII URINARE] 538
1227. VARICELA *Vezi: BOLILE COPILĂRIEI* 539
1228. VARICE *Vezi: SÂNGE — VARICE* 539
1229. VARICOCEL *Vezi: TESTICULE [ÎN GENERAL...]* 539
1230. VĂRSĂTURI *Vezi: GREAȚĂ* 539
1231. VÂNĂTAIE *Vezi: PIELE — VÂNĂTAIE* 539
1232. VEGETATIVĂ CRONICĂ (stare...) *Vezi: STARE VEGETATIVĂ CRONICĂ* 539

1233. VEGETAȚII ADENOIDE (POLIPI) *Vezi: AMIGDALE* 539
1234. VENE (afecțiuni ale...) *Vezi și: SÂNGE — CIRCULAȚIA SANGUINĂ* 540
1235. VENE — VARICE *Vezi: SÂNGE — VARICE* 540
1236. VENERICE (boli...) *Vezi și: ȘANCRU, HERPES [ÎN GENERAL] / GENITAL* 540
1237. VERGETURI *Vezi: PIELE— VERGETURI* 541
1238. VERTEBRE (fractură de...) *Vezi: SPATE — FRACTURĂ DE VERTEBRE* 541
1239. VERTIJ ȘI AMEȚEALĂ *Vezi și: SÂNGE — HIPOGLICEMIE ,*
CREIER — ECHILIBRU [PIERDEREA...] 541
1240. VERUCI (în general) *Vezi: PIELE — VERUCI [ÎN GENERAL]* 542
1241. VERUCI PLANTARE *Vezi: PICIOARE — VERUCI PLANTARE* 542
1242. VEZICĂ (AFECȚIUNE LA...) *Vezi și: CALCULI ÎN GENERAL,*
INFECȚII ÎN GENERAL, URINĂ [INFECȚII URINARE] 542
1243. VEZICA BILIARĂ Vezi și: CALCULI BILIARI, FICAT [AFECȚIUNI ALE...] 544
1244. VEZICĂ — CISTITA *Vezi și: ANEXA III* 545
1245. VIERMI, PARAZIȚI *Vezi: PĂR— TEN, INTESTINE — COLON /*
TENIA, PICIOARE — MICOZĂ 545
1246. VITILIGO *Vezi: PIELE — VITILIGO* 545
1247. VIOL *Vezi și: ACCIDENT, FRICĂ* 545
1248. VOCE (stinsă...) *Vezi: AFONIE* 546
1249. VOCE — RĂGUȘEALĂ 546
1250. VORBIRE Vezi și: AFONIE 547
1251. VULVĂ Vezi și: BUZE 547

A

1. A SCUIPA SÂNGE *Vezi: SÂNGE*

2. ACCIDENT VASCULAR CEREBRAL *Vezi: CREIER*

3. ACIDITATE GASTRICĂ *Vezi: STOMAC-ARSURI*

4. ACIDOZĂ *Vezi: și GUTĂ, REUMATISM*

Acidul este adesea legat de ceea ce erodează metalul. Acidoza indică faptul că am refuzat să asimilez o situație care s-a acumulat la nivel inconștient, antrenând pe plan fizic un nivel mare de aciditate în sânge sau în lichidul în care înoată celulele. A asimila înseamnă a rezolva, trata, regla problema, situația sau conflictul care mă deranjează, care îmi otrăvește existența. Este nevoie să mă întreb care este situația (adesea de natură emoțională) care mă erodează pe interior. Este posibil să trăiesc în prezent o situație care face să atingă în mine sentimentul de insatisfacție privind relațiile pe care le aveam cândva cu mama mea. Pot trăi o insatisfacție similară în raport cu copiii mei, cu prietenii sau angajații în fața cărora mă simt "ca o mamă". Am dificultatea de a mă opri, nu îndrăznesc să mă odihnesc, să-mi ofer timp. Acidoza respiratorie sau acidoza gazoasă provine din faptul că nu elimin suficient gaz carbonic prin respirația mea. Are legătură cu experiențele trăite în raport cu anturajul meu. În cazul acidozei lactice, regăsim o cantitate excesivă de acid lactic în sânge. Întrucât sângele transportă în mod normal bucurie, se întâmplă ca tot ceea ce este negative în viața mea să mă afecteze în mod exagerat. În cazurile extreme, reumatismul este consecința direct și adesea inevitabilă a excesului de aciditate.

Accept ↓ ♥ **să văd și să tratez la nivelul inimii situațiile agasante și iritante din viața mea.** Concentrându-mi atenția pe un proces conștient de deschidere și acceptare, pot evita să suport fizic această boală dureroasă și tratamentul ei dureros. Aleg să trăiesc mai degrabă bucuria, libertatea și pacea interioară.

5. ACNEE *Vezi: PIELE*

6. ACRODERMATITA *Vezi: PIELE*

7. ACROMEGALIE *Vezi: OS*

8. ACROKERATOZA *Vezi: PIELE*

9. ACUFENA *Vezi: URECHI*

10. ACUMULARE LICHID SINOVIAL *Vezi: BURSITĂ*

11. AFAZIA *Vezi și: ALEXIA CONGENITALĂ, VORBIRE*

Afazia este o tulburare de exprimare și/sau de înțelegere a limbajului oral sau scris (alexia), cauzată de o leziune cerebrală localizată. În general, afazia presupune pierderea memoriei semnelor obișnuite, prin care ne exprimăm ideile față de cei din jur. Centri limbajului se află în emisfera stângă a creierului, în jumătatea rațională, specializată în citit, vorbit, numărat, analiză, reflecție și în stabilirea relațiilor. Corespunde laturii mele Yang (emițător, acțiune). În cazul în care am o astfel de afecțiune, îmi analizez felul în care transmit mesajele. Inconștientul meu se teme că nu va fi înțeles? Am îndoieli legate de capacitatea mea de exprimare? Simt o angoasă la ideea de a mă exprima, nu îndrăznesc, de teamă că "voi crea valuri" în jurul meu. Astfel, rămân la un nivel superficial. Nu pot să merg mai în profunzime: astfel evit să descopăr lucruri care nu îmi plac. Mă simt ca într-o închisoare și, în același timp, mă simt eliberat, pentru că nu trebuie să explic totul, să mă justific. Îmi este teamă că voi fi judecat de ceilalți și pentru că nu am încredere, vreau să controlez totul.

Accept↓♥ evenimentele vieții, la nivelul inimii♥, fără să mai trec totul prin filtrul rațiunii. Îmi aleg, conștient, cuvintele potrivite pentru a exprima ceea ce trebuie spus, îmi eliberez astfel fricile, îndoielile și nesiguranța. Îndrăznesc să fiu eu însumi, îmi exprim suferințele și decepțiile, știind că acesta este modul cel mai eficient de a mă elibera de secrete și de suferință; îmi regăsesc pacea interioară și dorința de a exploata universul, de care m-am deconectat.

12. AFONIA SAU STINGEREA VOCII

Vocea reprezintă exprimarea de sine, creativitatea. O emoție prea puternică (depresie, neliniște) poate determina să nu mai știu ce spun sau în ce direcție să merg sau cum să interpretez acea direcție, în funcție de emoția trăită. Această emoție, este posibil să fi fost trăită pe plan sexual și are repercusiuni asupra vocii și a corzilor vocale, deoarece cel de al doilea centru de energie (sexuală) are legătură directă cu gâtul, cel de-al cincilea centru de energie. Sensibilitatea mea (hiperemotivitatea) a fost afectată și nu mai pot spune nimic, oricât aș încerca ! Simt că "mi se taie răsuflarea". Dacă îmi risipesc prea mult energia, mai ales după un șoc emoțional, se va crea un gol interior, în locul disperării mele și sunetele vor fi "aspirate" de acest gol. Este ca și cum mi-aș înghiți cuvintele, în gât. Este important pentru mine să reiau contactul cu ***suflul comunicării interioare***. Este posibil ca această situație să mă protejeze, deoarece sunt într-o stare în care nu mai trebuie să vorbesc, nu îmi mai pot exprima secretele. Oare îmi folosesc într-un mod sănătos vocea și corzile vocale ? Trebuie să fiu tăcut pentru un anumit timp ? Se spune că "vorbele sunt bani" și "tăcerea e de aur"... Sau, cineva sau ceva m-a redus la tăcere, în mod forțat ? Este posibil, să mă simt neputincios în exprimare, la modul general, deoarece am impresia că nu valorez prea mult. Cred că este mai bine să tac decât "să spun prostii". Aș vrea atât de mult ca ceilalți să asculte ceea ce am de spus, să fiu recunoscut pentru ceea ce sunt, să fiu respectat. Uneori mă simt foarte special, dar este o stare care durează foarte puţin şi simt din nou neîncredere şi culpabilitate şi mă retrag în mine însumi. În loc să trăiesc pentru mine însumi, trăiesc în funcţie de ceilalţi şi, pentru că nu ştiu ce să spun tot timpul, pentru a fi aprobat de ceilalţi, prefer să tac: fie nu mai vorbesc, fie corzile mele vocale decid ele însele să nu mai emită sunete.

Accept↓♥ să îmi exprim emoţiile, creativitatea şi ideile în felul în care mă simt cel mai bine, respectându-mi limitele.

13. AFTĂ *Vezi: GURĂ — AFTĂ*

14. AHILE *Vezi: TENDONUL LUI AHILE*

15. ALCOOLISM *Vezi şi: ALERGII [ÎN GENERAL], CANCER LA LIMBĂ, FUMAT, DEPENDENȚĂ, DROGURI, SÂNGE — HIPOGLICEMIE*

Abuzul de băuturi alcoolice provoacă un întreg ansamblu de tulburări: pe plan fizic, corpul se schimbă şi este crispat, capacităţile şi funcţionarea creierului se diminuează, sistemul nervos şi cel muscular devin tensionate şi supratensionate. Asemenea altor forme de dependenţă, **alcoolismul** se manifestă mai ales în momentul în care am nevoie **să umplu un gol afectiv sau interior profund**, un aspect din mine care îmi "otrăveşte cu adevărat existenţa"! Pot să beau în mod abuziv, din mai multe motive: pentru ca să fug de realitate, oricare ar fi situaţia (conflict sau altceva) pentru că nu îmi convine; să fac faţă fricilor mele sau autorităţii (mai ales paterne) şi oamenilor pe care îi iubesc, deoarece îmi este teamă să mă dezvălui aşa cum sunt în realitate; **să mă încurajez** să merg mai departe, să vorbesc, să înfrunt oamenii (atunci când sunt *ameţit* sunt, de obicei, mai deschis şi mai puţin focalizat pe inhibiţiile mele); să îmi dau un sentiment de putere şi de forţă; să am mai multă putere în relaţia mea afectivă deoarece starea mea îl va deranja, cu siguranţă, pe partenerul meu. În această stare nu mai văd situaţiile care ar putea fi periculoase pentru mine. Trăiesc o stare de singurătate, de izolare, de **culpabilitate**, de **angoasă interioară**, de **neînțelegere** şi o anumită formă de **abandon** (familial sau altfel) şi am sentimentul că sunt o persoană fără valoare, inutilă, inadaptată, inferioară şi incapabilă de a acţiona pentru mine însumi şi pentru ceilalți. Mă simt prizonierul unor principii foarte rigide. Deoarece cred că nu merit **iubirea** şi fericirea, mă regăsesc într-un mediu rece, unde nimeni nu mă înţelege. În loc să construiesc relaţii solide cu ceilalţi, fac acest lucru cu alcoolul, care devine "cel mai bun prieten al meu". Nu îmi găsesc locul în societate. În trecut, aveam obiceiul să trăiesc din plin, cu intensitate: aveam o **beţie** a vitezei, de exemplu, a înălţimilor, a naturii, dar toate acestea au dispărut din viaţa mea. Am avut nevoie de un mic "stimulent". Uneori, vreau să evadez dintr-o situaţie conflictuală sau care mă face "să-mi înec suferinţa" sau orice altă emoţie pe care îmi este greu să o înfrunt.

Nu mă simt ajutat, într-o anumită situaţie şi alcoolul devine "cârja" mea. Alcoolismul poate avea legătură cu una sau mai multe situaţii care creează o tensiune. Atunci când beau un pahar de alcool, la început, tensiunea se micşorează şi se înregistrează o mişcare de genul: tensiune→alcool→stare de bine. Altfel spus, atunci când trăiesc o tensiune, beau un pahar de alcool şi mă simt mai bine. Mai departe, este posibil să dezvolt un automatism şi, de fiecare dată când trăiesc o tensiune, informaţia înscrisă în creierul meu este să iau un pahar de **alcool**, pentru a mă simţi mai bine. Una dintre cauzele alcoolismului este dificultatea pe care am avut-o, în copilărie, de a comunica cu o familie în care un membru al acesteia (de obicei, mama sau tata) era alcoolic; în astfel de familii, există mai multe certuri, uneori violenţă fizică şi psihologică şi abuzuri de toate felurile. Este posibil să încerc să mă disociez de familia mea, care nu îmi convine. Există o scădere a simţului meu moral: certurile frecvente provocau o devalorizare a imaginii parentale şi o lipsă a structurilor etice. Aș fi vrut să îi reconciliez pe părinţii mei şi nu mai suportam să trăiesc în acel cămin, care era distrus sub ochii mei. În unele familii, consumul de alcool este favorizat de educaţie, adulţii pot duce copilul cu ei, atunci când beau, în joacă sau pentru a arăta că este ceva **normal**, obişnuit pentru ei. Tulburările nevrotice şi alterările de personalitate, care decurg din acestea, sunt factori puternici ai alcoolismului, care se manifestă, odată cu vârsta adultă. Este posibil ca, unele carenţe alimentare să poată provoca o completare suplimentară, oferită de alcool. **Alcoolismul** poate induce stări de hipoglicemie, cu atât mai mult cu cât, moleculele de alcool se pot transforma repede în glucoză (doar temporar). Acest lucru explică de ce, dacă sunt alcoolic şi nu mai consum alcool, este posibil să încep să consum cantităţi foarte mari de cafea (cafeina este tot un stimulent) şi să mă îndop cu dulciuri sau produse de patiserie. Uneori pot să şi fumez foarte mult, deoarece fumatul îmi oferă un stimul (prin creşterea ritmului cardiac) de care am nevoie pentru a mă simţi în formă. Este important să descopăr ce anume îmi provoacă această tristeţe legată de hipoglicemie, deoarece nu am rezolvat cauza. O altă cauză a **alcoolismului** poate fi constituită de diverse forme de alergie. Astfel, pot să beau doar anumite băuturi, precum coniac, gin, rom, whisky etc. Se pare că doar unele băuturi mă pot satisface. Este posibil să fiu alergic la unul sau mai multe dintre ingredientele componente ale acelei băuturi, de exemplu grâu, orz, secară etc. În acest caz, mă pot întreba la ce sau la cine sunt alergic. Alcoolismul poate fi provocat, de asemenea, de o persoană sau o situaţie, pe care nu am acceptat-o↓♥ când eram copil. Dacă, în copilărie, am fost victima unui abuz sexual (sau m-am simţit vinovat din această cauză) este posibil ca acest lucru să mă determine să beau. Dacă nu am acceptat ↓♥ furia tatălui meu alcoolic, este posibil ca, printr-o asociere, să am crize de furie la fel ca tatăl meu și să devin și eu **alcoolic.** Astfel, pot să beau pentru a-mi uita grijile, trecutul, viitorul şi, mai ales **prezentul.** Vreau să evadez tot timpul şi îmi creez un univers iluzoriu şi fantastic, o formă de exaltare artificială, pentru a fugi de lumea reală şi pentru a disocia astfel o realitate de multe ori dificilă de un vis nesatisfăcător. Nu mai văd adevăratul sens al vieţii mele. Trăind conform normelor părinţilor mei sau ale societăţii, mă îndepărtez de mine însumi. Mă simt diferit, neadaptat la restul lumii. La ce folosesc diplomele, titlurile importante ? Percep lumea ca fiind foarte materialistă şi nu ştiu cum să fac parte dintr-o astfel de lume. Trebuie să mă îndepărtez de creativitatea mea, de imaginaţia mea şi "să fac ca toată lumea". Dar dacă fac acest lucru am impresia că "îmi pierd sufletul". Prin alcool, pentru un timp, pot să mă uit de sentimentele de singurătate, de neînţelegere, de neputinţă, de a fi diferit de ceilalţi, de respingere faţă de mine însumi. Îmi pot abandona responsabilităţile şi mă pot simţi "eliberat", pentru moment. Această situaţie nu face decât să se înrăutăţească, pe măsură ce dependenţa mea de alcool (sau de droguri) creşte, deoarece devin tot mai nesatisfăcut de existenţa mea.

Vreau să mă separ de realitate şi evadez într-o lume a iluziilor, dar când "mă trezesc" realitatea mi se pare şi mai greu de trăit şi de multe ori am o stare de depresie. Vreau să părăsesc realitatea exterioară, pentru a trăi în propria mea realitate. Mă ***clatin***, nu am mintea limpede, mai ales atunci când devin dependent, am acelaşi tip de dependenţă afectivă, **al cărui obiect poate aş fi vrut să fiu** şi pe care cred că, **mama sau tatăl** meu nu mi-au mărturisit-o niciodată. Vreau atât de mult să fiu iubit necondiţionat. Poate vreau să fuzionez cu mama mea, care îmi lipseşte sau, din contra, să mă îndepărtez de ea, deoarece nu am primit dragostea ei şi mă opun acesteia. De asemenea, **conştientizez** că, atunci când beau, pot spune lucruri pe care, în restul timpului nu le pot exprima. **Alcoolul** devine un fel de modalitate de a face "să vorbească inconştientul meu". În aceste momente de criză exprim tot ceea ce nu pot să spun sau să fac, când sunt treaz. Accept↓♥ ca, începând de acum să privesc viaţa în faţă, să nu mă mai distrug şi să mă responsabilizez. Este momentul să mă concentrez pe calităţile mele fizice şi spirituale, chiar dacă trecutul a fost dureros pentru mine şi, într-un anumit fel, alcoolul a fost cel mai bun prieten al meu. Începând de acum, accept↓♥ să îmi fac ordine în viaţă, să încep să îmi apreciez calităţile şi ceea ce sunt. Sunt pe calea spre reuşită.

Voi şti să mă respect mai mult şi să găsesc mai uşor soluţia la problemele mele (experienţele mele) în loc să fiu într-o stare temporară sau aproape permanentă de fugă şi de disperare.

Accept↓♥ faptul că sunt diferit şi îmi asum din plin acest lucru. Îmi las să se exprime calităţile mele unice, ştiind că nu trebuie să împlinesc aşteptările societăţii. Lăsând să se dezvolte plenitudinea mea interioară, fiind deschis faţă de **iubirea** şi tandreţea pe care mi le oferă oamenii şi universul, nu voi mai avea nevoie să mă "umplu" cu băutură.

16. ALEXIE CONGENITALĂ (cecitate verbală)

Alexia congenitală sau **cecitatea verbală** este o incapacitate patologică de a citi[1]. Fie pot citi literele, dar nu şi cuvintele întregi, fie citesc toate cuvintele dintr-o frază, dar nu înţeleg sensul. Dacă sunt afectat de această boală, este posibil să am o **preocupare** mare sau o atenţie exagerată faţă de gândurile mele. Dacă îmi concentrez atenţia (în mod exagerat) pe aspecte din viaţa mea mai puţin importante, risc să sufăr şi să fiu închis înfrânându-mi astfel evoluţia. Am o mare nesiguranţă faţă de necunoscut. Nu am putere asupra vieţii mele şi simt un gol imens.

---

[1] **Patologică:** o boală, ştiinţific vorbind

Accept↓♥ faptul că am nevoie să fiu mai deschis, în interiorul meu, faţă de intuiţia şi imaginaţia mea, două capacităţi minunate pe care sufletul meu le deţine pentru a se exprima. Dacă vreau să vindec această boală trebuie doar să observ aspectele în care viaţa mea este deranjată, ce anume mă împiedică să fac această boală sau ce mă împiedică să spun sau să văd. Având inima deschisă, voi putea rezolva această situaţie, într-un mod **conştient**. Pentru mine, ca şi copil, este mai uşor să îmi exersez ascultarea interioară, deoarece sunt mai "conectat" decât adulţii, **citesc mai uşor mesajele de iubire ale inimii♥ mele** ! Îmi deschid mai mult intuiţia şi îmi manifest din plin creativitatea.

17. ALERGIE *Vezi şi: ALCOOLISM, ASTM*

Alergia este starea unui subiect care, prin contactul anterior cu un anumit alergen dobândeşte proprietatea de a recţiona în urma unei agresiuni următoare, cauzată de acel alergen, într-un mod diferit, de obicei mai violent şi mai incontrolabil. **Alergia** este răspunsul exagerat al sistemului imunitar la un factor exterior (alergen). În cazul în care sunt alergic, substanţa alergenă nu produce reacţii la majoritatea oamenilor, dar sistemul meu iminitar o consideră periculoasă. Acest răspuns, rezultat dintr-o cauză interioară este de multe ori mijlocul prin care corpul îmi semnalează faptul că trăiesc o stare de agresivitate şi de ostilitate faţă de o persoană sau o situaţie oarecare, în funcţie de interpretarea pe plan mental a ceea ce trăiesc. Alergia este o formă de apărare şi un semn că Eul meu se protejează. Sensibilitatea mea prea mare îmi transmite mesajul că există ceva sau cineva ostil faţă de mine, că există un pericol. Nu mă mai simt în siguranţă. **Alergiile** (inclusiv febra fânului) sunt asemănătoare cu astmul, dar reacţia apare mai mult la nivelul ochilor, al nasului, al gâtului, decât la plămâni sau la piept. La ce anume sunt alergic ? Ce mă deranjează atât de mult ? Ce provoacă iritaţia şi răspunsul emoţional atât de puternic al corpului meu (îmi curge nasul, curg ochii, îmi vine să plâng) ? Toate aceste manifestări sunt răspunsul **sistemului meu emoţional**, eliberarea emoţiilor suprimate de către o reacţie a corpului meu. Acesta reacţionează la ceva, la un fel de simbol mental, deoarece încearcă să respingă, să ascundă sau să ignore ceea ce îl deranjează. Prin urmare, resping o parte din mine care mă irită. Este mijlocul pe care îl folosesc pentru a-mi exprima emoţiile, pentru **a scoate ceea ce este rău** ! Deocamdată nimic nu poate opri această reacţie de refuz şi această reacţie nu este raţională, ci are legătură cu instincul şi inconştientul. Este ca şi cum ar exista ceva ce nu îşi are locul aici, un **inamic**, care îmi deranjează barierele de protecţie. Acest inamic îmi ia puterea de a face sau de a fi ceva, lucru care mă afectează. Sunt **afectat** de puterea celorlalţi asupra mea. Mă simt ameninţat de o anumită frică inconştientă, pe care refuz să o exprim. Alergiile indică **un profund nivel de intoleranţă**, poate din frica de mă implica din plin în viaţă, de a mă elibera de toate "cârjele" emoţionale, care mă sprijină şi care mă fac să fiu autosuficient. Prin **alergie**, mă separ de cei din jurul meu şi trăiesc tot timpul în stare de alertă, deoarece nu vreau să intru în contact cu factorul alergen, sursa reacţiilor mele alergice. Păstrez distanţa şi comunic puţin. Este posibil să am o dificultate în a discerne lucrurile, a alege, a mă poziţiona, a-mi ocupa locul cuvenit. Pot simţi nevoia de a reuni membrii familiei, prin comunicare verbală şi pe plan fizic. O caracteristică proprie unei persoane **alergice** este, de multe ori, impresia că nu este suficient de corectă ! Vreau să atrag atenţia, simpatia şi suportul celorlalţi. Oare folosesc **alergia** pentru a obţine **iubirea** celorlalţi ? Este posibil. În orice caz, un lucru este sigur: am o **alergie** deoarece refuz o parte din mine însumi şi am un conflict, inconştient, puternic. Prin alergie îmi exprim opoziţia, este felul meu de a spune *nu* la ceva. Din cauza faptului că resping o parte din mine însumi (de obicei dorinţele mele sexuale, pe care le reneg), simţurile mele se revoltă, deoarece vor să trăiască viaţa din plin. Când învăţ să spun nu anumitor situaţii, sunt mai deschis să spun DA unor situaţii noi. Am puterea de a decide ceea ce este convenabil pentru mine, în propriul meu univers. Oamenii pot fi alergici la diverse lucruri: alimente, obiecte, forme, mirosuri. Toate acestea, implică cele cinci simţuri (mai ales mirosul, care este simţul cel mai puternic legat de memorie). Mentalul meu înregistrează o mulţime de impresii, **bune sau rele** pentru mine. Este foarte posibil să fiu alergic la ceva, un lucru pe care mentalul meu l-a asociat cu o amintire **rea** şi pe care instinctul meu îl refulează în acel moment. **Alergia** se referă la trecutul, care irită prezentul. Uneori, nu mai vreau să păstrez anumite evenimente în memoria mea, iar corpul meu încearcă să îmi amintească ceea ce vreau să uit. **Alergia** poate apărea de multe ori, în urma unui eveniment în care m-am simţit **separat** de un lucru, un animal, o persoană. De exemplu, poate fi vorba despre o ***iubire de vară***, care s-a terminat brusc. Atunci când trăiesc o situaţie care îmi aminteşte acel eveniment trist pentru mine, voi avea acea alergie, deoarece, pe undeva, corpul meu (simţurile mele) îşi aminteşte totul şi înregistrează în celulele mele. Atunci când o persoană iubită îşi părăseşte corpul fizic, iar doliul nu a fost făcut, pot deveni alergic la ceva care îmi aminteşte de acea persoană şi de separarea definitivă, pe care nu am acceptat-o↓♥. **Pielea** mea poate reacţiona la supărarea cauzată de despărţire. Dacă situaţia trăită este însoţită de o angoasă puternică, atunci sinusurile mele vor fi afectate (**răceală**, strănut). Sau, în cazul în care, o situaţie "nu miroase bine" şi încerc să o evit sau să mă ţin la distanţă de ea. Dacă apare o **sinuzită**, am impresia că nu pot scăpa sau nu pot ieşi din acea situaţie, mă simt prizonier. Dacă am o frică puternică, alergia se va exprima mai ales prin **tuse** (dificultatea de a respira), iar dacă ceea ce am trăit cel mai dificil, a fost separarea în sine, reacţiile alergene vor apărea mai ales pe **piele** (eczemă, urticarie, dermită etc.)

Alergia la un aliment (de exemplu: zahăr şi alcool, la o persoană alcoolică) are legătură cu o experienţă în care, m-am aflat în situaţia de a spune nu, faţă de ceva ce iubeam foarte mult, iar frustrarea trăită a dus la apariţia **alergiei**. De multe ori, poate fi vorba despre o frică de nou şi de aventură, o lipsă de încredere faţă de viaţă. Mă simt obligat să mă privez de această bucurie, de veselie, crezând că viaţa este ceva monotom, fără nicio provocare. Oare ce vreau să evit să înfrunt ? Ce mă face să reacţionez atât de puternic ? Ce mă sperie atât de mult ? Există ceva de care îmi este teamă şi vreau să îndepărtez acel lucru de mine ? Asupra a ce aş vrea să am control (sau o anumită putere) dar simt că îmi scapă acel lucru? (ca şi

în cazul anorexiei, trebuie să controlez cu grijă ceea ce mănânc, cu riscul de a muri, mai ales în cazurile acute de **alergii alimentare**). În unele cazuri, este posibil ca, mentalul meu să asocieze anumite situaţii cu anumite substanţe, cu nume asemănătoare. Astfel, dacă, de exemplu, am fost nevoit să îmi părăsesc locul de muncă (în limba franceză *boulot*) pentru totdeauna şi să mă consacru vieţii religioase, pot deveni alergic la mesteacăn (în limba franceză *bouleau)*. După câţiva ani, după ce am acceptat↓♥ şi am integrat această schimbare, alergia poate dispărea. Iată un exemplu: un nou-născut este alergic la piersici (*pêche-piersică*, în limba franceză). Din ce cauză ? Pentru că, mama lui, nerăbdătoare şi pe punctul de a naşte i-a spus soţului ei: *"Grăbeşte-te (dépêche-toi*, în limba franceză), vom întârzia la spital !"

Astfel, la baza alergiei există întotdeauna o emoţie de iritare sau frustrare asociată cu un produs sau o situaţie, pentru a-mi aminti situaţia pe care o am de integrat sau de conştientizat. **Alergia** se poate manifesta atunci când cadrul vieţii mele se schimbă, este reevaluat. Reperele mele se schimbă, chiar dacă este vorba despre un eveniment fericit pentru mine. Un nou loc de muncă, o mutare, de exemplu, determină o anumită insecuritate şi este posibil să vreau să mă protejez. Încrederea mea scade, simt că ameţesc. Faptul de a nu-mi recunoaşte valoarea înseamnă că îmi supraapreciez partenerul, copilul, cel mai bun prieten sau un alt apropiat. Inconştient, acest lucru mă irită şi pot deveni alergic faţă de acea persoană.

Dacă îmi accept↓♥, la nivelul inimii♥ viaţa şi fricile mele, procesul de integrare va avea loc şi **alergiile** care îmi complică existenţa vor reveni în univers. Am nevoie de pace interioară şi mai ales, de **iubire.** Sunt deschis şi totul va fi bine. Accept↓♥ să îmi recunosc valoarea, să caut în profunzimea lucrurilor. Voi descoperi fericirea mea interioară. Acceptându-mi ↓♥ frumuseţea şi toate calităţile mele divine, voi fi în armonie cu ceilalţi şi frustrarea va dispărea.

18. ALERGIE LA ANIMALE (în general)

Animalele au un instinct şi o sexualitate înnăscute şi fiecare animal reprezintă o formă a **iubirii**. Astfel, **o alergie la un animal** (sau la blana lui) corespunde, în general, unei opoziţii faţă de aspectul instinctiv sau sexual pe care îl reprezintă acel animal.

Accept↓♥ toate aspectele sexualităţii. Îmi accept, de asemenea, dorinţele, atât pe cele conştiente, cât şi pe cele inconştiente, deoarece fac parte integrantă din mine.

19. ALERGIE LA ANTIBIOTICE

Antibioticul[2] (anti=împotriva, bio=viaţă) este un corp (de origine bacteriană sau altceva) specializat în lupta împotriva microbilor. Microbii reprezintă însă şi ei viaţa. Există astfel o contradicţie. Iar cum rolul antibioticului este să "omoare" o anumită formă de viaţă din mine, atunci cum se face că sunt alergic la antibiotice ? Poate pentru că refuz anumite forme de viaţă, anumite situaţii **vii** din existenţa mea (experienţe diverse, mai mult sau mai puţin plăcute).

---

[2] **Antibiotic:** Sir Alexander Flemming este medicul şi bacteriologul britanic (Darve 1881 – Londres 1955) care l-a descoperit în anul 1928, din penicilina care nu a putut fi extrasă decât în anul 1939 şi testată pe oameni în 1941, deschizând astfel epoca antibioticelor

Este nevoie să **conştientizez** că trebuie să accept↓♥ aceste experienţe, chiar dacă sunt dificile, deoarece am de învăţat ceva din ele. Am încredere în potenţialul meu creativ.

20. ALERGIE LA ARAHIDE (unt sau ulei)

Atunci când mănânc **unt sau ulei de arahide**, acest lucru activează în mine amintirea unui eveniment din copilărie, în care m-am simţit "exlploatat" şi faţă de care am regrete acum. Am avut impresia că eram pus să fac anumite lucruri pentru care nu consideram că sunt suficient de bine recompensat (material, sau cu afecţiune etc.) Chiar şi astăzi pot munci pe brânci pentru foarte puţin şi această situaţie mi se pare respingătoare, oribilă.
Trăiesc o furie interioară, pentru că sunt nevoit "să muncesc pentru arahide" (expresie folosită în Québec, care înseamnă, "să muncesc pentru nimic"). Încercând să găsesc situaţia în care am trăit un astfel de sentiment, voi putea să îmi schimb memoria afectivă şi să rezolv problema.

Accept↓♥ să **conştientizez** toate aspectele din viaţa mea în care mă simt ajutat şi în care, viaţa este uşoară, îmi amplific sentimental de bine, pentru a mă ajuta să-mi echilibrez sentimentele dureroase pe care le-am trăit în copilărie.

21. ALERGIE LA CAI

Calul este asociat cu aspectul instinctiv al sexualităţii. Iar cum instinctul este legat de prima chakra[3] (coccisul), frica poate fi aceea "de a avea instincte sexuale primitive", care se manifestă printr-o alergie faţă de acest animal puternic. Poate cred că sexualitatea nu este destul de spirituală pentru mine, dacă simt, în sinea mea, dorinţa de a trăi aceste experienţe pentru a aduce mai multă spiritualitate pe plan material.

Accept↓♥ să fiu deschis faţă de experienţe noi, care mă vor ajuta să mă împlinesc.

22. ALERGIE LA CÂINI

Se spune despre câine că este "cel mai bun prieten al omului" (al fiinţei umane), prin urmare, dacă am o astfel de alergie, mă pot întreba ce persoană, sau ce situaţie mă face să trăiesc o furie, legată de prietenie ? Dacă sunt alergic la câini, pot să simt o agresivitate şi chiar o anumită violenţă faţă de sexualitate, pe care o leg de prietenie. Am o stare de disconfort, neştiind prea bine ce loc ocupă pentru mine sexualitatea, prietenia şi **iubirea**. Această stare mă înfurie, iar furia se manifestă sub formă de **alergie**.

---

[3] **Prima chakră**: prima chakră este unul dintre cele şapte centre principale de energie din corp, situată la nivelu coccisului, la baza coloanei vertebrale

Accept↓♥ să îmi delimitez graniţele prieteniei, o definesc pentru a clarifica anumite situaţii din viaţa mea, care pentru moment nu sunt prea bine definite. Mă respect în alegerile mele şi în nevoile mele.

23. ALERGIE LA CĂPŞUNI

Alergia la căpşuni este asociată cu o frustrare, care pune în contradicţie sentimentul de **iubire** şi cel de plăcere, acesta din urmă fiind o nevoie fundamentală pentru mine, la fel de importană ca mâncarea sau somnul. Această alergie îşi poate avea originea într-un eveniment pe care l-am trăit sau pe care, din contră, nu l-am trăit, în legătură cu o persoană sau o anumită situaţie. Sentimentul de ură şi de culpabilitate poate duce la apariţia acestei alergii. Plăcerea este atât de importantă pentru mine, în calitate de fiinţă umană, încât crizele puternice provocate de **alergia la căpşuni**, pot declanşa o incapacitate de a respira, care poate cauza moartea. Plămânii simbolizează viaţa şi, prin această alergie, scot în evidenţă o nevoie fundamentală pentru mine, care nu este împlinită. Este important să îmi **conştientizez** nevoile fundamentale, ştiind că atunci când mănânc ceva, acesta este un mesaj de **iubire** faţă de mine însumi; atunci când dorm, este tot un gest de **iubire** faţă de mine, atunci când simt o plăcere, este tot o formă de **iubire** pentru mine însumi. **Alergia la căpşuni** poate proveni, de asemenea, dintr-un sentiment pe care l-am avut pentru cineva sau un sentiment pe care acea persoană l-a avut pentru mine. De exemplu, într-o situaţie în care am spus: *"Nu-mi place expresia acelei persoane"*, în sensul că nu îmi place ce pune la cale. Poate fi vorba despre un membru al familiei în raport cu care mă întristează neînţelegerile dintre noi.

Trebuie să accept↓♥ faptul că, fiecare dintre noi are propria sa individualitate, cu calităţile şi cu fricile sale şi că, în fiecare fiinţă există o lumină care străluceşte.

24. ALERGIE — FEBRA FÂNULUI (alergia la polen)

Această alergie are la bază o reacţie la polen, **elementul masculin** al unei flori. Acest element masculin simbolizează reproducerea şi fertilizarea. Această alergie afectează de obicei ochii, nasul şi sinusurile. **Alergia** este cauzată de o **rezistenţă** la o situaţie din viaţa mea, de o amintire din trecut sau chiar de o latură a personalităţii mele. Nu vreau ca viaţa mea să fie programată dinainte. Este posibil să opun o rezistenţă, de multe ori, inconştient, unei forme de sexualitate sau unor aspecte ale acesteia, mai ales dacă ceea ce simt faţă de sexualitate "nu miroase bine". Poate fi vorba despre teama de reproducere. Sau poate sunt un adult care simte cum trece timpul foarte repede şi căruia îi este teamă că, visul lui de a avea copii se destramă, pe măsură ce trece timpul ? Sau o adolescentă, care îşi pune întrebări legate de faptul de avea copii ? Poate fi vorba, de asemenea, de o rezistenţă şi o non-acceptare↓♥ a trecerii timpului, care se observă mai ales la schimbarea anotimpului, moment în care alergia reapare. **Febra fânului** poate fi legată, de asemenea, de faptul că am fost separat de cineva şi m-a afectat foarte tare acea despărţire. O alergie la polen indică dificultatea mea de a fi deschis spre schimbările vieţii, spre aventură. Îmi este frică de noutate şi sunt neliniştit faţă de schimbările din viaţa mea. Pot **să atrag** o **alergie**, din mai multe motive, dar un lucru este sigur: mă sufoc sau mă simt sufocat de o situaţie. Mă revolt, există ceva ce nu îmi convine deloc, dar totuşi fac acel lucru, pentru a fi pe plac altora şi mă sufoc. Mă răzgândesc, fiind influenţat de cineva, sunt gata să fac orice şi mă sufoc. Pot să mă simt **sufocat** în situaţii în care trebuie să spun sau să fac ceva, mai ales pentru că îmi este greu să mă poziţionez şi să spun nu. Am tendinţa de a trăi multă culpabilitate. Mă simt inferior, îmi este teamă de reacţia celorlalţi. Mă resping pe mine însumi şi vreau să alung ceea ce mă deranjează. Îmi este teamă că voi ajunge sărac. Totuşi, rămân prizonierul vechilor mele obiceiuri. Sunt rigid, la fel ca şi trecerea anotimpurilor, care se petrece tot timpul în acelaşi ritm. Îi manipulez pe alţii pentru a obţine ceea ce vreau... Vedeţi unde se manifestă programarea ? Poate fi vorba despre o programare atât de plan mental (un mod de a plânge), cât şi "sezonieră", deoarece în perioada de vară se manifestă cel mai mult această alergie, mai ales dacă am nevoie de o scuză pentru perioada aceasta atât de frumoasă ! Sunt oameni care au această alergie pe perioade lungi, până la şapte ani ! Este momentul să schimb situaţia imediat sau cel puţin să o **conştientizez. Conştientizez** faptul că **febra fânului** poate deveni un mijloc care mă ajută să evit anumite situaţii, deoarece altfel nu aş fi capabil să refuz anumite sarcini, sau de a merge într-un anumit loc. Prin urmare, cu ajutorul alergiei am un motiv întemeiat să nu fac acel lucru ! Sau poate fi vorba despre o modalitate de a mă simţi diferit, de a atrage atenţia. Astfel, ceilalţi trebuie, cel puţin să mă remarce, în perioada alergiilor. Mă pot imagina în globul meu de **lumină** (şi astfel să îmi dezvolt sentimentul de a fi protejat, faţă de mediul din jurul meu şi să fiu mai încrezător). Pot să fiu mai deschis faţă de ceilalţi, fără să mă prefac că sunt altcineva. Astfel, voi evita să mai trăiesc evitând anumite situaţii şi cu multe secrete. Prima manifestare a **febrei fânului** a putut fi legată, inconştient, de un eveniment marcant în care am trăit emoţii foarte puternice. Iar atunci când revine aceeaşi perioadă a anului, corpul îşi aminteşte şi se declanşează alergia. Este important să **conştientizez** acel eveniment pentru a reuşi să sparg modelul repetitiv al acestei afecţiuni: nu voi mai avea nevoie de ea, deoarece acum sunt conştient de ceea ce am de făcut. **Febra fânului** nu este decât un semnal pentru a mă ajuta să găsesc cauza profundă a stării mele de rău. Vreau să mă simt mai liber, mai stăpân pe viaţa mea.

Accept↓♥ ceea ce este bun pentru mine, chiar dacă acest lucru implică o anumită formă de sexualitate nouă şi necunoscută. Ştiu că totul este posibil, cu **iubire** şi în armonie. Accept↓♥ să ies din izolare, nu mai am nevoie de această alergie pentru a atrage atenţia celorlalţi, deoarece ştiu că sunt diferit şi unic.

25. ALERGIE LA LAPTE SAU LA PRODUSELE LACTATE

Laptele reprezintă contactul cu mama, din primele momente ale venirii mele pe lume. Este un aliment complet, care conţine toţi nutrienţii necesari pentru creştere, în primele luni din viaţa mea. Deoarece, la început, primesc **laptele** prin **contactul** cu mama, această hrană simbolizează **iubirea pe care o primesc de la**

mama mea. Astfel, dacă am identificat printre persoanele din jurul meu o persoană care este "mama mea", cineva care "joacă rolul mamei" şi simt o frustrare faţă de ea, acest lucru poate explica alergia la lapte. Trăiesc o frustrare legată de forma de atenţie şi chiar de critică pe care le manifestă acea persoană faţă de mine, lucru care face neplăcut orice contact pe care îl am cu ea.
Este posibil, de asemenea, să mă aflu într-o situaţie în care mă simt dependent, "la mila celorlalţi"... Este ca şi cum viaţa mea ar depinde de decizia cuiva de a mă hrăni sau nu şi este foarte frustrant şi îngrijorător pentru mine. Sau poate eu sunt cel care se agaţă prea tare ? Dacă această alergie se dezvoltă la naştere, este nevoie să verific care sunt fricile sau frustrările pe care le trăia mama mea şi care au devenit apoi ale mele; iar acestea au provocat alergia mea. Această atenţie care mi se acordă ar putea însemna: "Cine se crede acea persoană? Se crede mama mea ?"

Este important să accept↓♥ să tratez această situaţie cu **iubire** şi să îmi armonizez sentimentele faţă de această legătură fundamentală pentru viaţă, care este înregistrată în mine, cea a legăturii dintre mamă şi copilul ei.

26. ALERGIE LA ÎNŢEPĂTURI DE VIESPE SAU DE ALBINĂ

Când am o astfel de alergie, am impresia că sunt tot timpul **hărţuit** sau **criticat** de cei din jurul meu. Astfel, pentru mine este ca şi cum aş fi "înţepat" tot timpul cu ceva. Atunci când sunt înţepat în realitate, acest lucru declanşează o ură pe care am acumulat-o în mine în toate acele situaţii, în care mă simţeam atacat. Am tendinţa să mă retrag în mine, crezând că astfel voi evita atacurile. Mă simt inferior. "Otrava" din acul "agresorului" îmi aminteşte cât de mult îmi otrăvesc eu însumi viaţa, deoarece trăiesc conform regulilor societăţii, ale familiei, ale partenerului meu. Aş vrea să fiu "regina stupului", dar, din contră, îmi trăiesc viaţa asemenea unei "albine muncitoare", la fel ca toate celelalte albine. Joc rolul victimei. Nu am încredere şi îmi place fatalitatea.

Accept↓♥ să văd şi partea frumoasă a lucrurilor. Acceptând↓♥ să nu mai fiu victimă, insectele îşi vor căuta alte victime ! Învăţ să îmi ocup locul cuvenit şi examinez o modalitate de a face să nu mai fiu atât de criticat de către cei din jurul meu şi de a mă detaşa de ceea ce cred oamenii despre mine. Mă privesc cu ochii **inimii♥** şi îmi accept↓♥ adevărata valoare !

27. ALERGIE LA PENE

Oare am devenit **alergic** la o situaţie sau la o persoană, care îmi dă impresia că sunt "**ţintuit de pământ**" şi nu "îmi pot lua **zborul**" pentru a fi mai liber şi mai fericit ? În acest caz, este foarte posibil să simt o furie legată de faptul că am **sentimentul de a fi prins** într-o situaţie oarecare şi **libertatea** pe care o caut, pentru a fi fericit. Poate am trăit o situaţie în care m-am simţit furat, înşelat şi am fost foarte iritat.

Accept↓♥ faptul că universal se ocupă de mine şi îmi oferă tot ceea ce am nevoie pentru a fi fericit.

28. ALERGIE LA PEŞTI SAU FRUCTE DE MARE

În limba franceză există expresia "a fi **peşte**", adică a fi o persoană care poate fi păcălită, înşelată foarte uşor. O astfel de alergie, la peşte, poate indica sentimentul meu de **frustrare** faţă de o situaţie sau mai multe situaţii, în care am fost **naiv**.

Accept↓♥ să mă poziţionez şi să **conştientizez** faptul că viaţa este formată dintr-o serie de experienţe din care avem ceva de învăţat. Dacă îmi voi dezvolta mai mult încrederea în mine şi simţul responsabilităţii, sentimentul acesta se va diminua şi astfel, va dispărea şi alergia.

29. ALERGIE LA PISICI

Pisica este un animal mult mai sensibil la ceea ce este **invizibil** majorităţii oamenilor. Pisica reprezintă senzualitatea şi tandreţea. Este posibil ca, o alergie la pisici să aibă o legătură cu acel aspect al personalităţii mele care poate "simţi" lucrurile (latura feminină sau latura masculină), fără să fie nevoie de doVezi: concrete. Pot să am o intoleranţă deoarece nu am probe (pe plan raţional). Pisica simbolizează latura sexuală feminină şi toate calităţile feminine, precum blândeţea, şarmul şi tandreţea. Trăiesc o anumită dualitate între nevoia de a primi, de exemplu, tandreţe şi frica mea faţă de aceasta. Există o angoasă cu privire la sexualitate, care poate proveni din noţiunea de interdicţie, de culpabilitate şi chiar de moarte.

Este nevoie să accept↓♥ aceste aspecte pe care probabil refuz să le manifest.

NOTĂ: Sensibilitatea felină se explică prin faptul că, morfologia pisicii are un sistem nervos situat mai ales la periferia corpului, spre deosebire de om, la care sistemul nervos este situat mai mult în interiorul corpului. Această structură particulară o face pe pisică mai sensibilă la vibraţiile şi la energiile speciale ale oamenilor sau ale locurilor sau, altfel spus, la ceea ce degajă o persoană sau un loc.

30. ALERGIE LA POLEN *Vezi: ALERGIE — FEBRA FÂNULUI*

31. ALERGIE LA PRAF

Deoarece praful este legat de **murdărie, de impurităţi**, în cazul în care **sunt alergic la praf**, trăiesc o nesiguranţă faţă de anumite aspecte din viaţa mea pe care le consider "murdare sau impure" şi este posibil ca această frică să se manifeste pe plan sexual. Dacă sunt alergic la praf, înseamnă că trebuie să mă ocup mai mult de respectul faţă de mine. Expresia folosită în religie *"Te-ai născut din ţărână şi te vei întoarce în ţărână"* exprimă acest sentiment de inutilitate pe care îl pot simţi în anumite situaţii. Sau expresia "totul este praf şi pulbere" exprimă, de asemenea, sentimentul de inutilitate pe care îl pot avea faţă de ceea ce fac, faţă de ceea ce sunt, pe plan psihologic, afectiv (emoţional) sau material. Am tendinţa de a face orice pentru a fi iubit şi acceptat↓♥, deoarece am impresia că nu sunt destul de bun. Această autocritică îi poate face pe ceilalţi să se îndepărteze de mine. Chiar dacă nu am niciun simptom fizic legat de alergia la praf, este posibil să fiu o persoană "maniacă cu privire la curăţenie", într-un mod exagerat. Pot verifica ce parte din mine consideră sexualitatea ca fiind murdară sau să mă întreb dacă îmi este teamă că ar putea fi murdară.

Învăţ să mă valorizez şi să valorizez tot ceea ce fac. Învăţ să accept↓♥ fiecare aspect şi fiecare parte din corpul meu. Îl consider ca pe un întreg. Îmi acord timp pentru a analiza emoţiile ascunse în mine, pentru a mă cunoaşte mai bine şi pentru a găsi astfel o forţă extraordinară, pentru a-mi trăi viaţa în bucurie şi creativitate.

32. ALERGIA LA SOARE

Soarele este reprezentarea principiului activ şi al energiei Yang. Prin urmare, este simbolul Tatălui. Dacă sunt alergic la soare, acest lucru indică faptul că, relaţia cu tatăl meu (atât pe plan fizic, cât şi simbolic) este o sursă de suferinţă pentru mine. Poate fi vorba despre o relaţie dureroasă, usturătoare, sufocantă şi care a încetat brusc, la un moment dat. Contactul cu tatăl meu poate a fost întrerupt, alterat sau a devenit prea sufocant. În orice caz, există un conflict sau o decepţie cauzată de ceva sau de o persoană de care am fost nevoit să mă despart şi care a provocat o reacţie dureroasă, pe care nu am ştiut să o gestionez şi care a lăsat urme chiar şi în prezent, în viaţa mea de adult. Poate există, de asemenea un refuz de a-l accepta↓♥ pe Tatăl meu interior ?

Accept↓♥ să văd ceeea ce mă deranjează şi să mă las atins cu încredere de căldura soarelui (şi de tatăl meu !). Mă eliberez de emoţiile care erau îngropate în mine, în adâncul **inimii♥** mele. Soarele este o sursă de **lumină,** de căldură şi de viaţă. Aleg să intru în contact cu lumina mea interioară şi mă împac cu trecutul meu, pentru a mă responsabiliza, pentru a mă simţi mai liber şi pentru a străluci şi a merge mai departe spre propriul meu destin.

33. ALOPECIE *Vezi: PĂR — CALVIŢIE*

34. ALUNIŢĂ *Vezi: PIELE — MELANOM*

35. ALZHEIMER[4] (boala lui...) *Vezi şi: AMNEZIE, SENILITATE*

Această boală determină o degenerare a celulelor creierului, care se manifestă prin pierderea treptată a facultăţilor intelectuale, ajungând până la demenţă (nebunie). Este o boală a epocii moderne, caracterizată mai ales de dorinţa de a sfârşi cu viaţa, de a termina, o dată pentru totdeauna, de a părăsi această lume sau de a **evada din realitate**, din cauza unei incapacităţi cronice de a face faţă realităţii sau de a depăşi provocările vieţii, deoarece îmi este frică şi mă simt rău. Sunt insensibil la cei din jurul meu şi la emoţiile mele interioare. "Sunt ameţit, greoi" şi viaţa mi se pare mai grea şi moartea mai acceptabilă↓♥. Îmi este teamă sau am impresia că nu mai sunt iubit, că am uitat cine sunt. Am suferit atât de mult, încât nu mai vreau să simt nimic. Nu am impresia că am fost recunoscut în viaţă (mai ales de către mama mea) şi astfel nu îi recunosc nici eu pe ceilalţi.

---

[44] **Alzheimer** (Alois): neuropatolog german care a descris, în anul 1906, aceste alterări ale creierului, în cazul unei persoane afectate de demenţă (nebunie)

Boala lui **Alzheimer** determină o degenerare a memoriei, o stare de confuzie mentală şi incapacitatea de a mă exprima clar, violenţă, unele forme de nerecunoaştere a mediului din jur, de inconştienţă, chiar un comportament inocent, apropiat de cel al copiilor. Disperarea, iritabilitatea, starea de rău, mă determină să mă închid în mine însumi şi să trăiesc într-un "glob" al meu. Mă las să mor, încet. Mă despart uşor de restul lumii. Această boală indică faptul că nu mai vreau să trăiesc, fug de o situaţie care mă sperie, mă irită sau mă răneşte, deoarece mă simt abandonat. Fug de lumea adultă, prin pierderea memoriei recente şi mă întorc la amintirile din trecut. Este o situaţie gravă, la prima vedere, deoarece pot fi inconştient pentru mult timp. Ceilalţi mă văd ca pe o persoană normală şi echilibrată, dar observă că mă închid în mine din disperare, din furie şi frustrare, devenind insensibil la lumea din jurul meu. Refuz să simt ceea ce se întâmplă în jurul meu sau în mine; prefer să mă las dus de curent. Am o mare dificultate de a renunţa la ideile vechi, care pot fi atât de multe în memoria mea ! Iar pentru că, atenţia mea este concentrată mai mult pe trecut decât pe prezent, memoria de scurtă durată este foarte afectată şi se **atrofiază**, nu mai aduce nimic nou sau creativ. Consecinţa: memoria se uzează cu lucrurile vechi, în loc să genereze lucruri noi şi proaspete. Această boală afectează în general persoanele în vârstă, mai ales după vârsta de pensionare. Este momentul în care trec de la o condiţie în care sunt productiv, am putere şi responsabilitate, la o viaţă în care mă simt inutil, neputincios şi dependent, pe plan emoţional, fizic şi material. Mi-ar plăcea atât de mult să dau timpul înapoi ! "Când eram copil, nu îmi era frică de moarte, nici de viitor sau de responsabilităţile mele... îmi era atât de bine !" Din punct de vedere medical, factorii emoţionali şi mentali, precum şi cei corporali care le corespund (lichide, sânge, ţesuturi, oase) sunt implicaţi în manifestarea bolii. Când sângele nu ajunge în anumite părţi ale corpului, apare un fel de traumatism mental. Au loc reacţii foarte violente la nivelul creierului. Poate fi vorba de o retragere a fluxului sanguin din anumite zone ale creierului. Este posibil să existe o frică imensă de toate aspectele bătrâneţii sau de apropierea morţii, ceea ce duce la o întoarcere, inconştientă, spre un comportament de copil, pentru a ascunde astfel prezentul, trecutul şi viitorul şi pentru a le ignora. Corpul meu, atacat de degenerarea celulelor creierului, mă pregăteşte, inconştient, pentru momentul în care "va trebui să plec", să mor. Acest lucru se manifestă printr-un comportament infantil, în care îmi permit să trăiesc şi să îmi "împlinesc" toate fantasmele şi fanteziile. Într-o astfel de experienţă, sunt necesare **iubirea** şi susţinerea.

Accept↓♥ să trăiesc în prezent şi să las la o parte trecutul, să încep să mă ocup de mine.

36. AMENOREE (absenţa menstruaţiei) *Vezi: MENSTRUAŢIE — AMENOREE*

37. AMFETAMINĂ (consum de...) *Vezi: DROGURI*

38. AMIGDALE — AMIGDALITĂ *Vezi şi: GÂT, INFECŢII*

Amigdalele al căror nume vine de la *migdale*, fac parte din sistemul limfatic, deci din sistemul imunitar al corpului şi se definesc ca nişte filtre care controlează tot ceea ce circulă la nivelul gâtului (simbol al creativităţii, al comunicării). Păstrează doar ceea ce este bun pentru mine şi resping ceea ce este nociv. Atunci când sunt inflamate, am o **dificultate de a înghiţi** şi risc să mă sufoc. Îmi refulez emoţiile şi "îmi sufoc" creativitatea. Există o situaţie care mă sufocă, prin care îmi refulez sentimentele de furie şi de frustrare. **O amigdalită** (-ită=furie) se manifestă în general atunci când realitatea pe care "o înghit" **mă irită** puternic astfel încât filtrele mele (**amigdalele**) nu pot reţine totul şi devin roşii din cauza furiei, faţă de ceea ce se va întâmpla, faţă de revolta pe care o trăiesc. Poate fi vorba despre o frică de a nu putea realiza un scop sau de a nu realiza ceva important pentru mine, din cauza lipsei de timp sau a posibilităţilor. Din această cauză mă agăţ puternic de cineva. Am impresia că mă aflu pe punctul de a atinge un obiectiv care îmi este drag (un loc de muncă, un partener, o maşină etc.) dar îmi scapă ceva şi trebuie să mă opresc sau nu mă pot bucura de acea situaţie decât în parte, ceea ce este foarte greu de "înghiţit" pentru mine. Am un conflict interior "sufocat", neexprimat.

Este un blocaj, o închidere a acestei căi de comunicare. Mă simt neputincios, blocat, prizonier. Aş vrea să ţip cu toată forţa ! Sau poate am impresia că există o situaţie care trece pe lângă mine ? Mă revolt faţă de o persoană apropiată (din familie, de la şcoală, de la muncă). Poate fi vorba despre o relaţie amicală, în care am impresia că nu pot conta cu adevărat pe prietenii mei. Dacă sunt **copil**, pot suferi destul de des de **amigdalită**, deoarece încă nu sunt destul de conştient de ceea ce se întâmplă sau nu pot controla evenimentele. Sunt **frustrat** din cauza a ceea ce trebuie "să înghit" în viaţa mea. Sunt foarte vulnerabil şi mă întreb cum mă pot proteja de toate lucrurile din exterior, care mă asaltează. Mă simt atacat şi vreau să mă apăr, dar am o dificultate de exprimare. Cum pot face faţă lucrurilor care mi se oferă în viaţă şi cum pot alege ceea ce este în armonie cu mine însumi ? Când sunt **copil** am mult mai puţină experienţă şi mai puţine resurse decât adulţii, deci pot fi mai uşor afectat de **amigdalită**. Am impresia că părinţii mei nu se mai ocupă de mine, că nu profit destul de prezenţa lor. Deoarece amigdalele reprezintă faptul de a exprima, de a-mi exterioriza esenţa profundă, indiferent ce vârstă am, amigdalele mele reacţionează, la neîncrederea mea, la disperarea mea, mai ales atunci când am încredere mai mult în ceilalţi pentru a îndeplini sau crea anumite lucruri. Este posibil, să vreau cu disperare să îi reunesc pe părinţii mei, despărţiţi. Şi un vis de copil pare tot mai inaccesibil.

Accept ↓♥ lucrurile aşa cum sunt, analizez situaţiile care mă deranjează, cu calm şi seninătate. Este uşor să îi învăţăm pe copii această atitudine, cei care sunt pregătiţi pentru acest lucru. Este important de reţinut că, ablaţia amigdalelor simbolizează acceptarea de a "înghiţi" realitatea fără ca aceasta să fie filtrată sau cenzurată (protejată) în prealabil. Înseamnă o absenţă a protecţiei. Trebuie să tratez această situaţie într-un mod diferit, care va fi mai armonios pentru mine. Trebuie să învăţ să mă descopăr, să fiu eu însumi şi să am încredere totală în mine.

39. AMIOTROFIE *Vezi: ATROFIE*

40. AMNEZIE *Vezi şi: MEMORIE [PIERDEREA MEMORIEI]*

Amnezia reprezintă pierderea memoriei, parţială sau totală, atât a informaţiilor dobândite în trecut, cât şi a celor din prezent. Amnezia poate fi comparată cu boala lui Alzheimer, în mai multe aspecte. Persoana **amnezică** suferă foarte tare de prezentul din viaţa sa. Dorinţa de a fugi şi de a "pleca" este atât de mare (indiferent de situaţia trăită) încât mă închid în mine însumi din cauza durerii, a furiei, a incapacităţii sau a disperării şi devin insensibil faţă de aproape orice. Devenind amnezic, nu mai sunt responsabil de mine însumi, deoarece mă separ de conştientul meu.Îmi las viaţa în mâinile altcuiva. Am impresia că astfel, nu voi putea fi judecat sau condamnat.

Evadez, sunt ameţit sau devin insensibil faţă de o persoană sau o situaţie. Refuz să trăiesc situaţii şi experienţe din viaţa de zi cu zi, indiferent de intensitatea acestora. Durerea interioară este proporţională cu intensitatea amneziei, fie că este parţială (ştergerea parţială a imaginilor foarte dureroase din copilărie) sau totală (tentativă inconştientă de a avea o viaţă nouă şi o nouă dorinţă de a trăi, deoarece nu mai pot trăi viaţa de dinainte !) Ruşinea şi culpabilitatea se pot manifesta, indiferent de motiv. Încerc să ignor mai multe lucruri, printre care familia mea şi alte situaţii dificile. Sunt mai mult sau mai puţin separat de situaţia prezentă. Amnezia se manifestă în momentul în care am impresia că duc o povară prea mare pe umeri, că sunt supraîncărcat în sarcinile mele şi există un pericol foarte mare. Nu mai ştiu încotro să merg şi am impresia că pot "izbucni" în orice moment. Pot trăi o **amnezie parţială** legată de o situaţie dificilă, pe care prefer să o uit, pentru a nu fi nevoit să reintru în contact cu emoţii dureroase, precum separarea de o fiinţă dragă. Procesul de acceptare↓♥ şi de integrare este foarte important, deoarece fenomenul de mascare a anumitor experienţe de către mental, poate să îmi joace feste, în experienţele viitoare. Este posibil să trăiesc unele experienţe, fără să ştiu sau să înţeleg de ce mi se întâmplă !

Accept↓♥ conştientizarea a ceea ce sunt, în ficare zi şi a ceea ce am de rezolvat în viaţă pentru a-mi redobândi contactul cu adevăratul meu **Eu superior.**

41. AMORŢEALĂ

Amorţeala se caracterizează printr-o stare de insensibilitate, greutate, furnicături, care apare la un membru, iar uneori acesta nu poate fi mişcat.

Amorţeala fizică este efectul unei **amorţeli** mentale. Sufăr, sunt rănit. Îmi este atât de rău încât am hotărât să nu mai simt, să nu mai las energia să circule. **Îmi amorţesc sentimentele.** Mă retrag deoarece o parte din mine este rănită şi nu vreau să o mai simt: astfel devin mai puţin sensibil. Devin inactiv faţă de ceea ce se întâmplă în jurul meu. Îmi este teamă că voi fi păcălit. Este vorba despre o "moarte" parţială pentru a evita suferinţa. Aceste răni pot fi prezente încă din copilărie şi s-au agravat de-a lungul timpului, iar acum le port ca pe o povară. Nu am învăţat să mă iubesc şi sunt închis faţă de **iubire** în loc să împărtăşesc această

iubire şi compasiunea mea. Este o formă de fugă. Poate însemna o răceală interioară, o dorinţă de a reţine **iubirea**, o lipsă de dinamism. Deoarece am impresia că nu am putere asupra mea însumi, am tendinţa de a-i controla pe ceilalţi, de a-i reţine. Se întâmplă des ca, de–a lungul anilor, ambiţiile şi visele pe care le aveam în copilărie să dispară sau aleg să le "amorţesc" şi îmi pierd speranţa că le voi realiza vreodată. Mă pun într-o situaţie de letargie. Totuşi, aceste vise sunt încă prezente şi acum sunt într-o perioadă în care reanalizez totul, visele pot reapărea să mă bântuie, deoarece au rămas neîmplinite. Chiar dacă la nivel inconştient, nu vreau să intru în contact cu ele pentru a evita să retrăiesc durerea legată de faptul că a trebuie să renunţ la ele. **Amorţeala** îmi arată faptul că aceste vise sunt în continuare vii şi mai este încă timp să le realizez, pentru a da un nou sens vieţii mele. Partea corpului afectată, precum şi jumătatea (stângă sau dreaptă) mă ajută să identific la ce nivel se află rana.

Accept↓♥ să îmi regăsesc spontaneitatea faţă de viaţă, accept↓♥ să redescopăr în mine mai multă **iubire**, dinamism şi entuziasm faţă de viaţă. Astfel îmi voi îmbunătăţi calitatea vieţii în această lume. Accept↓♥, aici şi acum, să învăţ să mă iubesc mai mult şi să fiu deschis faţă de iubire, în loc să reţin această iubire şi compasiunea mea. Ridic bariera pe care o instalasem de atât de mult timp. Cu cât învăţ mai mult să mă iubesc, cu atât voi învăţa mai repede că există o recompensă: primesc dragoste şi prietenie. Această seninătate pe care o căutam dintotdeauna, în exterior există acum în mine şi o pot comunica şi celorlalţi.

42. AMPUTARE *Vezi şi: AUTOMUTILARE*

Amputarea reprezintă ablaţia unui membru, a unui segment sau a unei părţi a corpului (limbă, sân, penis). Amputarea totală sau parţială a unui membru, fie din cauza unui accident, fie din motive medicale (cangrenă, tumoră) are legătură cu o **culpabilitate** puternică, cu privire la un aspect din viaţa mea. Vreau ca acea situaţie să dispară din viaţa mea, pentru totdeauna. Dar în loc ca situaţia să dispară, va fi tăiată acea parte a corpului meu, care îi corespunde. Toate acestea au loc la nivel inconştient. Dacă, de exemplu, îmi este amputat **piciorul stâng**, acest lucru indică faptul că, frica sau culpabilitatea mea este atât de mare, încât prefer "să mor", să nu mai merg în direcţia pe care merge viaţa mea afectivă; piciorul drept, se referă la culpabilitatea mea faţă de responsabilităţi etc. Dacă nu am acceptat↓♥ această **amputare**, apare o durere amoţională (**durerea membrului fantomă).** Mă întreb care este teama care mă împiedică să reiau contactul cu realitatea. Chiar înainte de amputare aveam un sentiment de neputinţă, de dependenţă. Poate chiar mă simţeam infirm, într-un anumit aspect fizic, în viaţa mea sau în relaţiile mele interpersonale. Această infirmitate psihologică şi emoţională s-a transpus în corpul meu fizic. În cazul în care trăiesc o astfel de situaţie, o amputare, este important să îmi amintesc că, corpul meu energetic, nu este amputat, pentru a rămâne deschis la aspectul metafizic pe care îl reprezintă partea amputată. Astfel, dacă am avut piciorul drept amputat, pot prin **iubire,** prin înţelegere şi integrare, să am o **conştientizare** a ceea ce am de făcut pentru a merge mai departe înainte, ca şi cum **aş avea în continuare piciorul** amputat.

Accept↓♥ să fac să dispară orice culpabilitate, ştiind că fac întotdeauna tot posibilul. Mă reconciliez cu mine însumi şi învăţ să apreciez ceea ce sunt. Oricare ar fi condiţiile, aleg să înaintez în ritmul meu şi apreciez ceea ce este frumos şi bun în viaţă.

43. ANCHILOZA (stare de...) *Vezi şi: ARTICULAŢII [ÎN GENERAL], PARALIZIE [ÎN GENERAL]*

Anchiloza este o stare caracterizată prin limitarea, de obicei, temporară a mişcărilor uneia sau mai multor articulaţii. **Anchiloza** este parţială, dar poate fi şi totală, dacă devin complet inactiv; este primul pas sper o incapacitate motrice, un fel de paralizie a gândurilor. Trebuie să **conştientizez** responsabilitatea pe care trebuie să mi-o asum dacă decid să rămân imobil, să nu mai fac nimic, să nu mă mai mişc deloc. Care este frica mea ? Îmi este frică de necunoscut, de ceea ce mă aşteaptă, de ceva nou pentru mine, ceva ce mă deranjează? Sau este vorba despre ceva ce nu am chef deloc să fac ? În cine sau în ce nu îndrăznesc să am încredere ? Pot să verific semnificaţia părţii corpului afectate, pentru a avea mai multe informaţii despre cauza anchilozei. Dacă, de exemplu, aceasta apare la braţ, acest lucru înseamnă că mă aflu într-o stare în care refuz noile experienţe ale vieţii ? Am sentimentul că sunt mutilat ? Îmi vine să omor pe cineva ? Dacă este vorba despre umăr, mă întreb dacă viaţa mi se pare grea; sau că cineva sau ceva este o povară pentru mine? Singurătatea sau nevoia de a face faţă necunoscutului îmi blochează gândurile? Dacă este vorba despre picior, mă întreb care este direcţia pe care nu vreau să merg şi faţă de care "înţepenesc" ? Când este afectat întreg corpul, sunt înţepenit faţă de ceva sau de cineva: este vorba despre o formă de fugă. Sunt conştient de faptul că acumulez energie în acea parte a corpului şi că, inconştient, am o **angoasă**. Vreau să rămân pe poziţie şi îmi este greu să îmi schimb părerea.

Accept↓♥ că a sosit momentul să merg înainte ! Începând de acum, sunt conştient de greşelile mele (sau mai degrabă, de responsabilităţile mele) şi de experienţele vieţii şi le recunosc. Mă predau şi accept↓♥ să recapăt mişcarea pe care am oprit-o temporar şi îmi mobilizez din nou gândurile, cu deschidere. De acum înainte voi avea un spirit creator.

44. ANDROPAUZĂ *Vezi şi: PROSTATĂ / [ÎN GENERAL] / [AFECŢIUNI ALE...]*

Andropauza, care afectează bărbaţii, corespunde menopauzei femeilor, chiar dacă nu există şi schimbările hormonale ale acesteia. Toată nesiguranţa cu privire la bătrâneţe, la capacitatea sexuală, la sentimentul de inutilitate, se manifestă în interior şi pe plan fizic, prin afecţiuni la organele genitale (mai ales la prostată) şi cu privire la unul sau mai multe aspecte masculine. Am ajuns într-o etapă din viaţa mea, în care pot să mă odihnesc, să fac o pauză şi să îmi schimb priorităţile.

În loc să mă resping, ca bărbat, accept↓♥ să îmi ocup locul în univers, în armonie cu fiecare aspect al personalităţii mele, atât cu latura feminină cât şi cu cea masculină. Am dreptul să îmi acord mai mult timp pentru mine; voi fi şi mai eficient la muncă sau în activităţile mele.

45. ANEMIE *Vezi: SÂNGE — ANEMIE*

46. ANEVRISM (arterial) *Vezi şi: SÂNGE — HEMORAGIE*

Un **anevrism** este o slăbire a peretelui arterial, care determină o dilatare existând riscul unei hemoragii prin ruperea vaselor de sânge. O astfel de afecţiune poate apărea atunci când trăiesc un conflict în familia mea sau cu persoane pe care le consider ca pe familia mea. Mă simt obligat să fac ceva, dar mă opun din toate puterile şi trebuie să îmi demonsttrez punctual de vedere, ceea ce constituie o ***presiune*** mare pentru mine. Sunt nervos, risc să "pierd" ceva, ce nu pot controla. Îmi este teamă că voi fi abandonat şi îmi blochez energia, deoarece mă simt neputincios. Cred că am o viaţă grea şi văd tot ceea ce mi se întâmplă, într-un mod pesimist şi negativ. Îmi pierd energia pe care am risipit-o în vânt. Încerc să păstrez cu orice preţ o situaţie, care merge mai mult sau mai puţin bine şi care riscă să se rupă în orice moment: un loc de muncă, o relaţie afectivă etc. Vasele de sânge se contractă deoarece nu ţin cont de ritmul meu biologic şi îmi creez un soi de presiune, care riscă să explodeze. Refuz să merg mai departe cu bucurie şi să las să circule viaţa. **Anevrismul cerebral** scoate în evidenţă cât de diferite sunt uneori ideile mele şi că trebuie să mă apăr pentru a le proteja, deoarece există o mare neînţelegere în jurul meu. Este posibil să am un sentiment de neînţelegre şi în urma unei rupturi, pe care am trăit-o (fie am plecat eu, fie a plecat altcineva) şi care m-a afectat foarte puternic.

Anevrismul aortei indică presiunea exercitată asupra mea, mai ales de către o persoană cu autoritate, pentru a renunţa la ceva, ce eu consider că îmi aparţine mine.

Anevrismul indică cât de închis pot fi faţă de ideile noi sau de soluţiile noi, care mi se oferă.

Accept ↓♥ să îmi ofer **iubire**. Încetez să mai lupt inutil şi renunţ să mă mai agăţ de trecut. Accept↓♥ să mă abandonez, pentru a mă elibera. Învăţ să las să circule mişcarea vieţii, îmi regăsesc astfel bucuria de a trăi şi învăţ să trăiesc în prezent.

47. ANGINA (în general) *Vezi şi: GÂT [DURERI DE...]*

Angina se caracterizează printr-o senzaţie de strângere la nivelul gâtului, din cauza unei inflamaţii acute a faringelui. Există ceva ce "nu poate trece", o emoţie blocată, care mă împiedică să îmi exprim adevăratele nevoi. Am sentimentul că având gâtul strâns (chakra sau centrul de energie al creativităţii şi al **exprimării)** nu pot exprima ceea ce trăiesc şi ceea ce simt faţă de ceilalţi şi continui să îmi concentrez inutil atenţia, pe această credinţă. Trebuie să găsesc cauza care a determinat această credinţă. De obicei, pot să găsesc un răspuns, în **48 de ore** înainte de debutul bolii. Poate apărea o uşoară iritaţie (gâtul inflamat) sau o mică frustrare că **nu înghit normal** şi care va persista până când îmi voi schimba atitudinea şi gândurile. "Nici nu se pune problema să înghit povestea asta", chiar dacă astfel "voi avea gâtul roşu". Pot fi, de asemenea, gânduri negre şi negative, faţă de cineva sau faţă de o situaţie. Sau există ceva ce vreau neapărat "să prind": un loc de muncă, un rezultat şcolar foarte bun, care m-ar ajuta să evit să mă justific, să dau explicaţii sau care m-ar împiedica să simt moartea care dă târcoale, în jurul meu? Emoţiile mele neexprimate fierb în mine. Şi când, în sfârşit, reuşesc să mă exprim, mă simt inconfortabil sau vinovat. Nu îmi acord dreptul de a cere ajutorul celorlalţi.

Indiferent care este cauza acestei boli, accept↓♥ faptul că pot să fiu deschis şi să redeschid acest canal de comunicare, chiar dacă **sensibilitatea mea a fost rănită**. Nevoile mele fundamentale trebuie să fie satisfăcute şi am dreptul să fac acest lucru, la fel ca ceilalţi. Sunt atent la nevoile mele şi concentrate pe fiinţa mea interioară şi astfel voi evita acest gen de angina, la nivelul gâtului. Accept↓♥ să cer ajutorul celorlalţi pentru a-mi deschide **inima♥** şi a primi darurile vieţii.

48. ANGINA PECTORALĂ *Vezi şi: INIMĂ♥ / [ÎN GENERAL] / INFARCT [DE MIOCARD]*

Cuvântul **angină** vine de la verbul din latină ANGO, care înseamnă *a strânge*, a sufoca, iar cuvântul *angor* înseamnă opresiune, angoasă. Angina pectorală este o durere foarte puternică în zona **inimii♥** (centrul de energie al iubirii). Această lipsă temporară de oxigen, la nivelul muşchilor inimii, determină o mulţime de consecinţe: insuficienţa debitului sanguin în această zonă, intervenţia chirurgicală etc. Inima simbolizează motorul sistemului meu. Angina este o angoasă a inimii♥. Atunci când ofer prea multă **iubire**, cu o atitudine de ataşament, este posibil ca inima să obosească din cauza acestei concentrări şi să nu mai simtă destulă bucurie[5] de a trăi în aceste situaţii (din cauza acestui fapt, se diminuează debitul de sânge). Dacă am o astfel de **angină**, este posibil, " să pun prea mult la inimă♥" viaţa şi lucrurile pe care le fac, să mă consum prea mult. Atât neliniştile cât şi bucuriile mele sunt exagerate: mă enervez şi mă simt rănit foarte uşor, sunt nemulţumit, mă simt trist sau iritat faţă de o anumită situaţie, care, totuşi nu este chiar atât de gravă cum cred eu. Am impresia că sunt ***asaltat***, atacat. Este ca şi cum în **inima♥** mea ar fi un **război**. Cine este persoana pe care vreau să o strâng puternic în braţe şi căreia refuz să îi dau drumul? Atenţia mea este centrată tot timpul pe acea persoană sau pe cea situaţie. Vreau să fim "uniţi pentru totdeauna", dar acest lucru este imposibil. În loc să mă detaşez şi să mă las purtat de curentul vieţii, vreau să controlez totul, vreau să păstrez totul. Este o sarcină grea pentru mine şi am o incertitudine cu privire la direcţia în care trebuie să merg. Sentimentul de gol sau de pierdere atunci când, mă abandonez, îmi poate stârni frica. Este foarte dureros dacă păstrez totul în mine, dacă îmi ascund emoţiile în interior. Este posibil să primesc un prim semnal din partea corpului meu, după aceste stări: spasme şi o durere ascuţită la inimă♥. Inima lansează un semnal de alarmă pentru ca eu să-mi **conştientizez** sentimentele şi faptul că, într-un anumit fel, sunt pe cale să mă distrug, prin gândurile negative, punându-mi în pericol armonia interioară şi având o energie proastă. În acelaşi timp şi bucuriile mari pot provoca o criză de **angină**, deoarece în astfel de moment, centrul de energie al **iubirii** (**inimia♥**) se deschide mult şi poate activa suferinţe din trecut şi astfel să provoace criza. Poate fac lucrurile din obligaţie şi fără bucurie sau plăcere. Astfel, bucuria nu mai circulă. Este ca şi cum mi-aş concentra atenţia pe ceilalţi (pe fericirea lor şi nefericirea lor) în loc să mă preocupe mai mult fericirea mea. Ego-ul meu este atât de activ încât s-a separat de restul fiinţei mele, ceea ce determină un **blocaj pe plan emoţional**. Îmi creşte respectul faţă de mine, prin faptul că mă preocup mai mult de ceilalţi, aproape toată atenţia mea este concentrată pe ei. Este principiul iudeo-creştin, al dăruirii din sacrificiu. "Dăruiţi celorlalţi !" Astfel, devin vulnerabil şi îmi manifest frica de a fi deschis faţă de ceilalţi. "Nu mai mai atinge nimic, dar încep să am dureri".

Am spasme, înţepături la inimă, extremităţile (mâinile şi picioarele) reci. Corpul meu mă avertizează foarte serios că există ceva ce nu merge bine (este un avertisment mai uşor de recunoscut pe plan metafizic decât pe cel fizic). Poate, inconştient, vreau să părăsesc "viaţa de pe pământ", deoarece mă simt sufocat de grijile mele şi nu ştiu cum să rezolv situaţia, dar încă nu a venit momentul! Mă simt zdrobit, oprimat şi nu mai vreau să fac niciun efort. Oare de ce îmi este frică, de fapt? Este important de observat faptul că, deoarece **angina** se manifestă printr-o restricţie a vaselor sanguine, trebuie să mă întreb dacă eu limitez **iubirea** oferită de ceilalţi? Pot accepta uşor ajutorul care mi se oferă? ***Merit*** tot ceea ce mi se oferă? Am tendinţa de a controla ceea ce mi se oferă, neştiind cum aş reacţiona la prea multă **iubire** şi afecţiune? Am tendinţa de a da imediat înapoi ceea ce primesc, neştiind să accept cu **inima♥** darurile primite. Este posibil să am impresia că mi se cere prea mult şi că trebuie să rezolv problemele tuturor. Din această cauză am o atitudine de ***dispreţ***. Totuşi, toate aceste situaţii pot proveni din atitudinea mea faţă de mine însumi: pot fi o persoană competitivă, îmi concentrez toată energia pe mine, cer foarte mult de la mine şi las la o parte toate dificultăţile afective pe care le am. **Inima♥** mea suferă pentru că nu îmi exprim emoţiile. **Conştientizez** faptul că viaţa este un schimb continuu. Dau atât cât primesc, la fel ca şi contracţia şi dilatarea vaselor de sânge, altfel voi avea un dezechilibru şi atenţia mea trebuie să se concentreze pe echilibrul acesta necesar unei vieţi sănătoase. Este un proces fundamental în experienţa umană, deoarece sunt o fiinţă divină, care trebuie să se exprime în echilibru. **Conştientizarea** pe care o am de făcut este aceasta: accept↓♥ să nu mai iau totul în serios şi să fiu mai deschis! Este uşor, deoarece nu vreau să mor, ci **vreau să trăiesc**, să fiu deschis spre **iubire** şi să nu mai lupt pentru putere. Îmi concentrez atenţia pe părţile frumoase ale vieţii. Învăţ să mă iubesc aşa cum sunt: astfel energia mea vitală va creşte. Aceştia sunt primii paşi spre o vindecare serioasă a acestei boli.

Exprim ceea ce trăiesc şi învăţ să mă accept↓♥ aşa cum sunt. Am grijă de mine, deoarece fericirea mea depinde doar de mine. Trec de la ură şi de la ruşine, la **iubire.** Un ultim lucru de realizat este să observ expresiile legate de **inimă♥**, precum: "o inimă de piatră, o inimă dură, cineva care nu are inimă, lipsit de inimă etc". Fiecare dintre aceste expresii îmi atrage atenția că se întâmplă ceva important pentru mine...

---

[5] **Bucurie**: deoarece sângele simbolizează bucuria, o micşorare a debitului sanguin exprimă această atitudine a bucuriei, în relaţie cu **iubirea**

49. ANGIOM (în general) *Vezi și: PIELE — ANGIOM PLAN, SÂNGE — CIRCULAȚIE SANGUINĂ, SISTEM LIMFATIC*

Un **angiom** nu este o tumoră, ci o malformație legată de sistemul vascular (vasele limfatice și sanguine). Dat fiind faptul că vasele sunt niște conducte care transportă sângele și limfa în organism, am impresia că viața mea nu merge în sensul în care aș vrea eu. Nu prea știu în ce direcție să merg, mă simt rătăcit, am senzația că mi-am pierdut controlul. Nesiguranța pune stăpânire pe mine și mă face să îmi imaginez tot ce este mai rău, nu mai știu cine sunt și îmi risipesc energia. Îmi este teamă să intru în contact cu emoțiile mele, lucru care blochează circulația energiei.

Accept↓♥ să las viața să circule în mine și să mă respect. Accept↓♥ să primesc emoțiile și să mă împac cu ele. Accept↓♥ în totalitate ceea ce sunt, aleg conștient să trăiesc fericirea în viața de zi cu zi, știind că sunt protejat. Mă împlinesc cu tot ceea ce am mai frumos, prin lumină și **iubire**.

50. ANGIOM PLAN *Vezi: PIELE — PETE DE VIN*

51. ANGOASĂ *Vezi și: ANXIETATE CLAUSTROFOBIE*

Angoasa se caracterizează printr-o stare de disperare psihică, în care am sentimentul că sunt **limitat**, **restrâns în spațiul meu** și, mai ales, **sufocat** în dorințele mele. Mă simt limitat de granițe care în realitate nu există. "Mă simt prins într-o capcană". Nu îmi pot exprima furia. Sunt de acord cu faptul că oamenii îmi invadează spațiul privat și acest lucru se manifestă printr-o retragere în mine. Îmi las la o parte nevoile personale pentru a fi pe plac celorlalți, pentru a atrage **iubirea** de care am nevoie (chiar dacă există și alte moduri de a face acest lucru. Trăiesc o insatisfacție profundă. Retragerea în mine mă face să îmi amplific emoțiile și emotivitatea în general, în detrimentul unui echilibru interior. Deoarece trăiesc într-o ceață, încrederea în mine este zdruncinată, fiind înlocuită de disperare și de invidie. Simt un anumit pericol, dar nu în pot identifica. Îmi este teamă de viitor și de eforturile pe care trebuie să le fac pentru a-mi atinge scopurile. Am de făcut o alegere care mi se pare imposibilă. Nesiguranța mea are legătură cu faptul că, în loc să cred în puterea mea interioară, o atribui altcuiva, o persoană pe care o consider mai elevată, mai realizată decât mine. Vreau ca acea persoană să mă protejeze, ca și cum eu aș fi prea slab ca să am grijă de mine însumi. Caut un sens în viața mea. Mă simt la mila unui pericol de moarte, deoarece caut în exterior pe cineva sau ceva pe care să mă sprijin. Sunt plin de tristețe și mă simt prins, legat, ***comprimat***, în lanțuri chiar. Nu mai am încredere în capacitățile mele. Care ar putea fi situația în care m-am simțit foarte strâns, în copilărie și pe care acum o reproduc fidel astăzi, după același model mental? (angoasa și claustrofobia se aseamănă prin aceeași senzație de a fi imobilizat, strâns).

Pentru corpul meu este ceva natural să împlinească nevoile psihice de bază: nevoia de aer, pentru a respira și a trăi, spațiul dintre mine și ceilalți, libertatea de a decide și de a discerne ceea ce este bun pentru mine. Dacă, începând de acum, răspund așteptărilor mele față de viață, **în primul rând**, există șanse să îi las pe ceilalți să se ocupe de nevoile lor: astfel, voi fi mai în acord cu ei și fac acest lucru fără să le invadez spațiul vital, pentru că, dacă eu mă simt sufocat, acest lucru se întâmplă pentru că, îi sufoc, conștient sau nu, pe cei din jurul meu. **Angoasa** se poate manifesta și ca o așteptare neliniștitoare și ca o teamă că se va "întâmpla ceva", cu o tensiune difuză, înspăimântătoare și adeseori fără nume. Poate fi o tensiune legată de o amenințare concretă, neliniștitoare (precum o amenințare cu moartea, o catastrofă personală, o sancțiune). De multe ori, este vorba despre o teamă fără un suport real, care poate fi perceput sau exprimat. De aceea, cauzele profunde ale unei **angoase** pot fi căutate de multe ori, în copilăria mea, având legătură cu teama de abandon, frica de a pierde **iubirea** unei ființe dragi și teama de suferință. Când trăiesc o astfel de situație, **angoasa** reapare la suprafață. De fiecare dată când reapare una dintre aceste frici sau trăiesc o situație imaginară sau reală, inconștientul meu o percepe ca pe un semnal de alarmă: atunci când apare un pericol, angoasa este și mai puternică. Când sunt copil, angoasa se manifestă de obicei printr-o frică de întuneric și tendința de a fi izolat.

Începând de acum, accept↓♥ să îmi folosesc discernământul, să îmi manifest curajul și încrederea în viață pentru a mă respecta și a le respecta și celorlalți spațiul vital. Alung din viața mea orice remușcări. Astfel voi vedea "mai clar" și voi merge înainte în viață, cu mai multă luciditate. Îmi dau dreptul să fiu stăpân pe viața mea, pe alegerile mele. Am încredere în mine și știu că viața îmi va oferi toate lucrurile de care am nevoie. Mă aștept la tot ceea ce este mai bun în viață și accept↓♥ faptul că merit tot ce e mai bun.

52. ANOREXIE MENTALĂ *Vezi și: APETIT [PIERDEREA APETITULUI...], BULIMIE, GREUTATE [EXCES DE...]*

Anorexia reprezintă refuzul meu, mai mult sau mai puțin sistematic, de a mă alimenta din cauza respingerii propriei mele imagini corporale; se numește **anorexie mentală** (în limbaj comun, doar termenul **anorexie** este folosit). **Anorexia** se caracterizează printr-o respingere totală a vieții. Este dezgustul total pentru tot ceea ce este viu în mine și care poate intra în corpul meu, pe care îl consider urât, pentru a-l alimenta. Acest sentiment se poate transforma chiar și în ură. Există mai multe simboluri pentru viață: apa, mâncarea, aspectul matern (mama), **iubirea**, latura feminină. Este dorința arzătoare și inconștientă de a scăpa din viață, de a se detesta pe sine, de a **se respinge**, deoarece trăiesc o frică foarte mare față de deschiderea spre viața minunată din jurul meu. Mă simt atât de descurajat încât mă întreb ce anume m-ar mai putea ajuta. Îmi doresc, inconștient, "să dispar" pentru a-i deranja cât mai puțin pe cei din jurul meu. Mă resping tot timpul. Pot ajunge chiar să mă urăsc pe mine însumi și astfel, să mă pedepsesc și să mă autodistrug. Îmi este rușine de mine și aș vrea atât de mult să fiu iubit necondiționat, așa cum sunt, nu pentru ceea ce pot realiza. Îmi neg propriile nevoi și aș vrea să trec neobservat. Din această cauză trăiesc cu secrete și cu minciuni. Am impresia că pot compensa dacă îmi fac viața grea,"dură". Îmi este foarte ușor, dacă am fost tratat cu duritate, în copilărie. Un trecut de dominare, de reproșuri și de pedepse, mă va face să mă comport la fel, față de mine însumi. **Anorexia** și obezitatea provin amândouă dintr-un sentiment puternic de lipsă de iubire și de afecțiune, chiar dacă, pe plan fizic se manifestă complet diferit. Există mai multe tulburări de alimentație care pleacă de la **relația mamă-copil**, în care există un conflict. Eu, copil fiind, vreau să fug departe de mama mea, care este adeseori anxioasă și care vrea cu orice preț să-și hrănească copiii. Trăiesc o dualitate între atașamentul meu față de familia mea și dorința mea de a mă împlini, dualitate care mă obligă să mă separ de familie. De multe ori, poate fi vorba despre o **constrângere legată de teritoriul meu**, pe care am impresia că nu îl am, că l-am pierdut sau că nu mi se respectă. Acest teritoriu poate fi constituit de lucrurile mele fizice (haine, jucării, mașină, casă etc.), bunurile mele psihice (drepturile mele, cunoștințele mele, nevoile mele etc.) sau de oamenii din jurul meu (tatăl meu, mama mea, prietenii, soțul etc.) Trăiesc o contradicție în prezent, față de ceva sau cineva **pe care nu îl pot evita** și pe care nu îl „diger". Mă pot întreba dacă nu cumva, am impresia că cineva vrea să mă omoare. Având această frică, nu mai mănânc și vreau, inconștient să mor. Am impresia că supraviețuirea mea depinde de capacitatea mea de a mă separa de ceilalți. Fiind atât de slab, ceilalți nu mă vor mai vedea; voi dispărea, mă voi ascunde pentru a fi în siguranță. Sau, pur și simplu, pot respinge imaginea mamei, mai ales dacă aceasta are un surplus de greutate. Vreau să evit, cu orice preț, să îmi las corpul să se dezvolte și să încep să seamăn cu ea, câtuși de puțin: astfel, vreau să îmi ucid propria imagine ! Deși anorexia apare mai ales în adolescență, aceasta se poate manifesta și în cazul **bebelușilor și al copiilor mici**. În cazul unui bebeluș, refuzul de a mânca poate decurge dintr-o problemă în relația cu mama lui: poate fi vorba despre lipsa sânului matern sau a căldurii fizice, care ar trebuie să însoțească alăptatul, poate din cauza hrănirii artificiale, dozată și prea rigidă, sau a unei supraalimentații sau subalimentații, produse de respectarea unei curbe a greutății ideale, ignorând ritmul alimentar individual etc. Mama este plină de remușcări, care, într-un anumit sens, simbolizează moartea. Pentru mine, ca mamă, este important să respect gusturile și ritmul copilului și să încetez să vreau să fiu mama perfectă și supraprotectoare. Dacă sunt un copil puțin mai mare și sunt afectat de **anorexie**, aceasta este, de obicei, o formă mai atenuată și se caracterizează printr-o "poftă de mâncare scăzută", copilul detestă mesele la ore fixe, are capricii alimentare, refuză cu încăpățânare anumite alimente, nu mănâncă tot din farfurie, vomită des și mestecă mult timp, aceeași înghițitură. La vârsta aceasta, masa și imperativele ei sociale joacă un rol important, deoarece mesele sunt un prilej de reunire a familiei, sub autoritatea tatălui, în timpul cărora pot apărea diverse reacții sau conflicte. **Anorexia** este în primul rând nevoia mea de a umple un gol interior, cu **hrană afectivă. Am nevoie de iubire și de acceptare↓♥ necondiționată, din partea mamei mele interioare. Anorexia**, spre deosebire de obezitate, este o tentativă de a fugi și de a lăsa să moară de foame golul meu interior, pentru a-l face atât de mic, încât să dispară și să nu îmi mai ceară nimic. Acesta este unul dintre motivele pentru care continui să mă consider gras (am o fixație mentală pe greutate) chiar dacă sunt mic și slab. Altfel spus, continui să îmi consider nevoile emoționale și afective foarte mari și mă simt depășit de acestea. Există, în interiorul meu, o luptă pentru putere, între viață și moarte. Am nevoie de atenția celorlalți pentru a mă simți viu și astfel adopt comportamente, atitudini de victimă, prin care mă oblig să îmi schimb înfățișarea fizică. Vreau ca ceilalți să "îmi umple", să îmi împlinească nevoile. Totuși, pentru că îmi ofer eu însumi iubirea de care am o nevoie atât de mare, îmi refuz emoțiile, sensibilitatea, latura mea de copil și ceilalți sunt și eu severi cu mine. **Anorexia** poate avea legătură și sentimentul de a fi pedepsit de viață și de **mama**, simbolul matern, care mă împinge spre dorință de independență și de individualitate. Acesta este motivul pentru care resping mâncarea și pe mama mea, în același timp, deoarece am avut senzația că autoritatea ei era omiprezentă, când eram copil. Trăiesc sentimentul de a nu mai controla nimic, cu privire la evenimente și încerc, într-un mod exagerat să reiau acel control.

Este posibil să fi trăit o situație în care am simțit această lipsă de control sau față de cineva și am impresia că, singurul lucru asupra căruia pot avea un control total și care mă va face să mă simt bine (în aparență...) este mâncarea pe care refuz să o dau corpului meu. "Nu îmi place modul în care mă iubește mama mea și o detest din cauza aceasta". Vreau să rămân tânăr (sau tânără), deoarece vreau să mă apropii cât mai mult de o formă de "puritate" fizică și interioară (de obicei, anorexia apare în perioada pubertății). Este o căutare absolută a tinereții. Faptul de a deveni prea slab mă face să nu mai simt plăcerea. Astfel, mă deconectez de toate senzațiile fizice legate de senzualitate și plăcere. Este ca și cum aș muri, vreau să mă omor. Ca băiat sau fată, în acest caz, refuz etapele de dezvoltare sexuală, caracteristice vârstei mele, pe care nu le pot controla, astfel încât, orice tentativă de apropiere sexuală, de descoperire și de abandon spre un eventual partener (absența maturității) sunt aproape inutile. Dacă trăiesc toate acestea într-un mod profund, există o legătură cu un traumatism puternic, pe plan sexual, cu un abuz sau o stare de nesiguranță afectivă. Este posibil chiar să mă simt agresat de schimbările care au loc în corpul meu fizic și "închid ușa" dorințelor mele fizice, spirituale sau emoționale. Primul lucru foarte important pe care îl am de făcut, pentru îndepărtarea anorexiei este să îmi accept feminitatea (dacă sunt fată) și latura intuitivă și emoțională (dacă sunt băiat). Pot face acest lucru cum vreau eu, important este să îl fac !

Accept↓♥ o anumită intimitate sexuală și chiar maternă (trebuie să învăț să o iubesc pe mama !). Învăț să îmi iubesc corpul și să îi iubesc pe ceilalți ! Înaintez treptat, deoarece este o situație delicată, în care trebuie să fiu deschis spre **iubirea** și spre frumusețea din univers. Dacă este nevoie, cer ajutor celorlalți. Și, mai ales, rămând deschis la ceea ce îmi oferă viaţa ! Acceptarea↓♥ şi iubirea necondiţionată vor fi cele mai apreciate. Dacă este posibil, fac activităţi fizice (sport sau altele). Iată o observaţie interesantă: dacă sunt anorexic, pot avea impresia că sunt prins în nişte inele (în limba franceză *anneaux*), ca şi cum aş fi într-un mecanism care mă izolează de restul lumii şi îmi intensifică sentimentul de limitare faţă de viaţă. Sunt deschis spre orice altă interpretare de genul acesta. Mă vizualizez în timp ce mă eliberez de acele inele şi le mulţumesc pentru că m-au ajutat, ştiind că acum nu mai sunt necesare. Vizualizez şi următoare imagine: la fiecare inspiraţie mai multă **lumină** intră în mine, pentru a-mi umple sentimentul de gol interior. Aleg viaţa, fără să ţin cont de ceea ce cred ceilalţi despre mine. Îmi ofer **iubirea**, blândeţea de care am nevoie, în loc să aştept să o primesc de la ceilalţi: astfel voi fi cu adevărat mulţumit şi voi avea o bucurie interioară !

53. ANTRAX *Vezi: PIELE— ANTRAX*

54. ANURIE *Vezi: RINICHI — ANURIE*

55. ANUS

Anusul este orificiul rectului, locul prin care las să iasă deşeurile de care nu mai am nevoie. Pe aici ies conflictele şi resentimentele mele interioare. Problemele care pot apărea în această zonă, sunt legate de "a reţine ceva sau a da drumul la ceva "; de exemplu, dacă sunt copil şi mă constip, sau îmi murdăresc aşternutul, acest lucru, se întâmplă, de obicei, pentru a mă răzbuna pe părinţii mei, pe care îi consider autoritari, manipulatori sau abuzivi. Am impresia că cineva mă murdăreşte! Aici este locul evacuării celor mai multe toxine din corp. Este o parte ascunsă a corpului, care corespunde de obicei, laturii mele inconştiente şi care, camuflează uneori sentimente foarte dure, de violenţă, de furie, de supărare.
De exemplu, în cazul în care am trăit o situaţie în care m-am simţit abuzat, pe plan sexual, mai ales dacă a existat o penetrare forţată. A trebuit "să rămân gol", fie în sens propriu (să mă dezbrac), fie în sens figurat (să divulg un secret, să îmi exprim adevăratele emoţii, ceea ce implica un anumit risc). Există ceva în mine, ce mă revoltă şi aş vrea să scot afară acel lucru, pentru că nu pot digera ceea ce s-a întâmplat. Mi se pare imposibil să iert şi există o alianţă (posibil alta, nu cea prin căsătorie) care s-a distrus pentru totdeauna. Am un conflict de identitate, care mă usturā. **Anusul** se situează la nivelul bazinului, aproape de coccis şi de prima chakră sau centru de energie, care face legătura dintre sine şi univers. Are legătură cu baza energetică a corpului. Anumite frici interioare, stresul şi emoţiile se evacuează prin acest orificiu. În cazul unei afecţiuni, pot verifica următoarele situaţii: "Pe cine sau ce încerc să ignor şi reţin în mine ? Până unde mă pot abandona ? Sunt capabil să mă relaxez şi să las viaţa să mă îndrume ? Sunt pregătit să trăiesc noi senzaţii ale vieţii ? Faţă de cine sau faţă de ce mă închid ? Pot avea tendinţa de a-mi reţine emoţiile negative, într-atât încât ajung să mă otrăvească. Mă pot agăţa de ceva sau de cineva, ceea ce îmi provoacă multă durere interioară. Trăiesc din ***complezenţă***, când de fapt aş vrea să îmi fac mie pe plac. Problemele care apar în zona anusului sunt de multe ori în relaţie cu felul în care mă raportez la bani.

Accept↓♥ să am încredere în mine, lăsând să iasă afară emoţiile de care nu mai am nevoie şi înlocuindu-le cu idei noi, cu atitudini pozitive şi proiecte noi !

56. ANUS — ABCES ANAL *Vezi şi: ABCES [ÎN GENERAL]*

Abcesul este o masă de puroi, provocată de **frustrări** sau de **iritabilitate**, cu privire la o situaţie pe care nu vreau să o las să plece, căreia nu vreau să îi dau drumul, în cazul unui **abces anal**. Uneori, chiar dacă mă reţin, fac acest lucru fără să vreau. Abcesul se va manifesta oricum. Este posibil să fiu furios pe mine însumi, deoarece nu vreau "să evacuez", să cedez, în faţa unor fixaţii mentale, care îmi alimentează viaţa în prezent. Pot chiar să simt o nevoie de răzbunare, faţă de o situaţie din trecut sau faţă de cineva pe care refuz să îl iert. M-am simţit umilit, jignit, ridiculizat. În viaţa de zi cu zi, manifest această lipsă de a renunţa la ceva, prin faptul că, există obiecte de care nu vreau să mă separ şi care totuşi, nu mai au valoare sau sunt inutile.

Această afecţiune îmi transmite mesajul că, trebuie să accept↓♥ să am încredere în viaţă şi în ceea ce este frumos în ea. Am încredere în ceilalţi şi, mai ales, îi iert pe oamenii din jurul meu. Mă abandonez şi am încredere în viaţă.

57. ANUS — MÂNCĂRIMI ANALE *Vezi şi: PIELE— MÂNCĂRIME*

Mâncărimile au legătură cu remuşcările sau cu culpabilitatea, faţă de trecutul meu apropiat. Există ceva ce mă irită sau mă deranjează şi mă simt vinovat legat de ceea ce trebuie să reţin sau să las să plece. Port o mască şi îmi ascund adevărata identitate. Regretele mele şi furia mea pot fi cauzate de relaţiile sexuale nesatisfăcătoare, de un gol de **iubire.** Analizez anumite evenimente din trecut, pe care vreau să le evacuez, cu orice preţ.

Este important pentru mine să accept↓♥ să îmi ascult corpul şi să cunosc satisfacţia în toate aspectele vieţii, deoarece culpabilitatea nu face decât să îmi înfrâneze evoluţia, fără să îmi aducă niciun beneficiu.

58. ANUS — DURERI ANALE *Vezi şi: DURERE*

Durerile anale (anita) au legătură cu **culpabilitatea**. Mă simt rău, deoarece nu mă consider destul de eficient pentru a-mi realiza dorinţele.
Este o formă de autopedepsire, de iritare, din dorinţa de a mă pedepsi într-un mod care exprimă o rană interioară, sensibilitatea mea, afectată în urma unui eveniment din trecut, pe care încă nu l-am acceptat↓♥. Poate fi vorba despre o culpabilitate (a mea sau a celorlalţi) trăită în relaţie cu sexualitatea mea. Simt o disperare puternică, care mă poate determina să pierd sânge şi, uneori să am o hemoragie. Îmi impun o pedeapsă de mult timp şi mă retrag în mine însumi. Pot accepta↓♥ să devin mai responsabil de dorinţele mele, să nu mă mai devalorizez în ceea ce sunt, să nu mă mai împiedic să trăiesc şi să nu mă mai pedepsesc inutil.

Aş putea să nu mă mai simt inconfortabil şi să o iau de la început, acceptându-mi↓♥ experienţele trecute, prezente şi viitoare şi astfel, să înaintez mai mult în viaţă. Nu mă mai distrug şi accept↓♥ să văd toată frumuseţea pe care o manifest. Trăiesc pentru mine, în loc să acţionez tot timpul, în funcţie de dorinţele şi aşteptările celorlalţi.

59. ANUS — FISURI ANALE

Fisurile anale sunt crăpături superficiale, care determină sângerarea la nivelul anusului, ceea ce simbolizează o pierdere a bucuriei de a trăi, în legătură cu o situaţie pe care trebuie să o schimb. Dacă simt o tristeţe puternică, verific ce anume provoacă această tristeţe şi accept↓♥ schimbările din viaţa mea. Mă simt slab şi vreau să mă protejez de lumea exterioară. Vulnerabilitatea mea mă face să stagnez, să rămân în poziţii bine stabilite. Prefer să rămân în unele situaţii neplăcute, în loc să îmi asum riscul de a merge înainte, spre necunoscut. Mă simt dezbinat, într-o situaţie: trebuie să reţin acel lucru sau să îi dau drumul ? Mă agăţ de ceea ce ştiu. Devin autosuficient, nu mai am nevoie de ajutorul celorlalţi.

Accept↓♥ să spun acum: "destul !" celor care îmi cer prea mult. **Nu mai aştept sprijinul celorlalţi pentru a mă schimba.** Îmi elimin frustrarea, furia faţă de o persoană sau un eveniment "care mă ustură" sau faţă de care mă simt "cu fundul în două luntrii". Îmi redobândesc locul care mi se cuvine. Îmi afirm nevoile şi încetez să mai vreau să fiu pe placul tuturor.

60. ANUS — FISTULE ANALE *Vezi şi: FISTULE*

O **fistulă anală** poate fi cauzată de o situaţie pe care o trăiesc şi în care experimentez o furie, faţă de ceea ce vreau să reţin şi nu reuşesc să păstrez în mine. Este ca şi cum aş vrea să păstrez vechi deşeuri din trecut (vechi modele de gândire, emoţii, dorinţe) dar nu reuşesc. Pot chiar să am sentimente de răzbunare faţă de cineva sau faţă de o situaţie. Reţin emoţii din trecut, care sunt pline de ranchiună. Afecţiunea care apare este o **fistulă**, un soi de canal anormal între organe şi piele. Aceasta indică faptul că nu reuşesc să mă decid între planul fizic şi cel spiritual, între dorinţe şi detaşare (în sensul larg). Am impresia că nu mă mişc. Mă închid în lumea mea, în gândurile mele negre, mă simt incapabil să comunic ceea ce simt. Trăiesc o situaţie în care mă simt şi ***căsătorit*** şi divorţat şi această situaţie mă destramă. Aş avea nevoie să mă ***consult*** cu cineva, dar prefer să stau singur, să-mi rumeg suferinţa. Am impresia că am încheiat relaţia, dar nu este totul rezolvat încă. Trebuie să destram legătura care mă ţine lângă celălalt ? Am impresia că sunt lucruri care îmi scapă printre degete.

Sunt deschis, la nivelul inimii♥ şi accept ↓♥ să golesc de tot aceste "coşuri de gunoi", plin de idei negre, nesănătoase, aici şi acum. Învăţ să comunic liber ceea ce trăiesc în prezent şi viaţa mea va deveni mult mai veselă şi mai echilibrată.

61. ANXIETATE *Vezi şi: ANGOASĂ, NERVI [CRIZĂ DE ...], NERVOZITATE, SÂNGE — HIPOGLICEMIE*

Anxietatea este o frică de necunoscut, care poate semăna cu o angoasă. Se manifestă prin anumite simptome precum: durere de cap, căldură, crampe, palpitaţii nervoase, transpiraţie puternică, tensiune, voce puternică, plâns şi chiar insomnii. Dacă sunt **anxios**, este posibil să am "frisoane de angoasă": un frison care îmi aminteşte de frica mea. Anxietatea mă face să am o senzaţie de nod în gât, să îmi pierd stăpânirea de sine şi controlul asupra evenimentelor din viaţa mea, mă împiedică să îmi folosesc bunul simţ şi discernământul. Pot, de asemenea, să simt un dezechilibru între lumea fizică, asupra căreia pot avea un anumit control şi percepţiile mele faţă de o lume imaterială, pentru care nu am explicaţii sau o înţelegere raţională. Nu mai deţin controlul, ca şi cum aş putea exploda în orice moment. Am un sentiment de pericol iminent, dar nedefinit. Pot fi anxios, în orice situaţie: **DEVIN LA FEL CA OBIECTUL ATENŢIEI MELE.** Dacă atenţia mea este centrată pe o frică, cu siguranţă voi trăi o stare de anxietate, care poate avea legătură cu o frică de moarte sau cu ceva ce mi-ar putea aminti de această frică. Moartea, lucrurile pe care le ignor sau pe care nu le văd, dar care pot exista, îmi declanşează această frică. Nu am încredere în viaţă.

Chiar dacă îmi este frică de necunoscut şi neg, în mod inconştient, viaţa şi mecanismele ei, accept↓♥ să îmi concentrez atenţia pe următoarele aspecte: am încredere în viaţă şi sunt convins că, ceea ce mi se întâmplă este spre binele meu, în prezent şi în viitor. Simptomele vor dispărea, la fel şi frica de moarte.

62. APATIE *Vezi şi: SÂNGE— ANEMIE / HIPOGLICEMIE / MONONUCLEOZĂ*

Apatia este o formă de insensibilitate sau de indiferenţă. Abandonez lucrurile care mi se întâmplă în viaţa, devin indiferent şi nu am nicio motivaţie pentru a mă schimba. Simt o ***descurajare*** continuă şi mi-am pierdut orice interes pentru viaţă. **Apatia** poate surveni în urma unor evenimente care mă determină să îmi reconsider raţiunea mea de a fi, pe această lume. Mă revoltă atâta nedreptate. Mă distanţez de lume, pentru a nu suferi din nou. Trăiesc cu angoasa "că mi se va întâmpla din nou" acel lucru. Este posibil să vreau să fug dintr-o situaţie, din lipsă de motivaţie sau de bucurie, sau de teamă că voi fi dezamăgit. Mă opun şi refuz să văd ceea ce se întâmplă în interiorul meu şi în jurul meu, ceea ce îmi provoacă un soi de insensibilitate, cu scopul de a mă proteja. **Apatia** poate fi legată, de asemenea, de o ură profundă şi de culpabilitate. Astfel încerc să devin insensibil faţă de fiinţa mea interioară. Sunt ca un robot şi nu mai am niciun sens în viaţă. Trăiesc conform normelor altora. În acest fel, pot rămâne deconectat de eul meu profund.

Accept↓♥ să fiu mai deschis faţă de viaţă şi faţă de noile experienţe plăcute, pe care le păstrez, pentru a-mi găsi apoi un nou scop în viaţă. Adopt atitudinea pe care o vreau eu. Îmi las inima♥ să mă îndrume, cu toată spontaneitatea. Astfel, îmi redescopăr pofta de viaţă şi îmi las simţurile să se bucure de fiecare moment al vieţii.

63. APENDICITĂ *Vezi şi: ANEXA III, PERITONITĂ*

Apendicita este o inflamaţie a **apendicelui ileocecal** (din limba latină "caecum=orb"), situat la baza intestinului gros. Această afecţiune provine dintr-o **furie legată de o tensiune sau de o situaţie** acută, pe care nu reuşesc să o rezolv, care mă face "să fierb" pe dinăuntru şi să mă simt rău.

De obicei, este vorba despre o situaţie pe plan afectiv, care îmi dezechilibrează sensibilitatea şi emoţiile. Frica mea poate să fi declanşat acest eveniment, deoarece întreţineam gânduri negative şi îmi făceam griji. Simt o luptă interioară, între viaţă şi moarte. Am o angoasă puternică şi trebuie să fac faţă unei alegeri, pe care îmi este greu să o fac, din cauza responsabilităţilor care decurg din ea. Prefer să mă refugiez în muncă sau în diverse activităţi. Mă simt ca închis într-un sac, pentru că am sentimentul că sunt oprimat şi simt **frică**, **nesiguranţă**, **slăbiciune**, **abandon**. Cel mai adesea, această contrarietate are legătură cu un membru al familiei mele sau are legătură cu principiile şi ideile referitoare la familie. Poate fi vorba despre o situaţie cu privire la bani şi, mai ales, la banii de buzunar. Poate trebuia să primesc o sumă de bani, pe care apoi i-am pierdut imediat. Sau este vorba despre ceva sau cine pe care aş vrea să "îl adaug" în viaţa mea, dar nu pot din cauza circumstanţelor. De exemplu, în situaţia în care aş vrea ca partenerul meu să se mute la mine, dar nu am destul spaţiu pentru amândoi etc.

Există o "obstrucţie" în fluxul vieţii şi refulez o mulţime de emoţii. Sunt pe cale să trec într-o nouă etapă, sunt într-o cotitură a vieţii, dar îmi este frică de schimbările ce vor urma şi de ***dependenţa*** de anumite persoane. Pot să ajung chiar să mă tem să trăiesc. Nu mai reuşesc să filtrez suficient de bine noile realităţi, pentru a mă proteja. Nu mai văd nicio soluţie. Am impresia că nu pot scăpa de ceva. Păstrez ceva în mine, până când **apendicele** nu mai poate. Am nevoie să vorbesc despre ceea ce trăiesc, să îmi "golesc sacul", pentru că îmi este greu să diger ceea ce se întâmplă şi sunt foarte dezamăgit. Mă simt într-un impas şi consider situaţia respectivă foarte dezagreabilă şi greu de "digerat". Îmi este frică de viaţă şi nu îmi exprim spontaneitatea. Am impresia că, în orice moment, pot fi agresat, mi se pot "goli buzunarele", atât pe plan material, cât şi la nivelul **iubirii**. Îmi este greu să elimin aspectele negative din viaţa mea. Simptomele obişnuite pentru apendicită sunt căldura, roşeaţa din zona inflamaţiei şi durerea, din cauza tensiunii. Simt o suferinţă puternică atunci când **apendicita** se transformă în **peritonită** (ruperea apendicelui).

Accept să mă opresc↓♥, să îmi acord un răgaz şi să trăiesc în funcţie de nevoile mele, în loc de aşteptările celorlalţi. Las viaţa să îşi urmeze cursul şi accept↓♥ situaţiile din existenţa mea, ca pe ceva bun pentru mine. Sunt deschis, la nivelul inimii♥ şi las la o parte barierele mele, treptat şi în armonie. Mă relaxez şi gust viaţa din plin.

64. APETIT (exces de...) *Vezi şi: BULIMIE, SÂNGE — HIPOGLICEMIE*

Mâncarea reprezintă viaţa şi are legătură cu **plăcerea** şi cu o formă de bucurie de a trăi. Mâncarea îmi umple o nevoie fizică şi emoţională, iar un exces de mâncare poate însemna că vreau să compensez, să am mai multă viaţă în mine, pentru că am nevoie **să umplu un gol interior**. Este vorba despre o insatisfacţie profundă faţă de **iubire** şi de **foamea de iubire** (ca şi **setea de iubire**), o nevoie de a diminua o tensiune sau, pur şi simplu, de a fi ocupat, pentru a nu mă gândi la problemele mele. Îmi judec foarte aspru propriile mele emoţii. Evit să privesc în interiorul meu şi găsesc în mâncare acel sentiment de libertate şi de satisfacţie de a-mi împlini toate dorinţele, oricare ar fi cantitatea absorbită. Acest lucru se poate întâmpla, când am o hipoglicemie, stare legată de o lipsă de bucurie în viaţă sau de o dorinţă excesivă de dulce (legată de iubire), care indică o nevoie evidentă de tandreţe şi de afecţiune. În cazul copiilor, nevoile lor afective neîmplinite sunt uşor de recunoscut: îşi manifestă clar preferinţa pentru dulciuri. Fie că sunt adult, fie că sunt copil, este vorba despre inima♥ mea de copil care se simte rănită şi trebuie să ofer mai multă iubire copiilor mei şi să primesc, la rândul meu, pentru a-mi împlini nevoile.

Accept↓♥ să **conştientizez** că, faptul de a mânca mult are legătură directă cu o formă de recompensă sau de consolare. Sunt deschis pentru a primi energia **iubirii** şi a găsi un echilibru, o comunicare veritabilă, o recunoaştere de sine, un schimb între ceea ce sunt şi nevoile mele. Pofta de mâncare se va echilibra imediat ce voi fi mai împlinit pe plan emoţional.

65. APETIT (lipsa poftei de mâncare) *Vezi şi: ANOREXIE*

Dat fiind faptul că, mâncarea este legată de viaţă, **pierderea poftei de mâncare** poate fi atribuită unei culpabilităţi (nu merit să trăiesc, îmi este frică, mă protejez) sau unei pierderi a bucuriei, a motivaţiei faţă de o persoană sau o situaţie. Pierderea apetitului apare mai ales după pierderea unei fiinţe dragi (în urma unui deces, rupturi, mutări etc.). Mă simt pierdut. Rana mea fiind foarte mare, o păstrez vie şi mă autodistrug. Pot să acord o atenţie prea mare unei situaţii speciale din viaţa mea şi uit să mănânc. Refuz să merg mai departe, să am impresii noi şi experienţe interesante, care să mă înveselească. Emoţiile mele "îmi taie pofta de mâncare". Îmi resping dorinţele, pasiunile, curiozitatea, gusturile. Uneori şi apetitul meu sexual se diminuează. Refuz să absorb, să diger, "să mănânc ceva nou", ceva ce apare în viaţa mea, deoarece nu îmi convine acel lucru. Cred că ceilalţi mă strivesc sau mă împiedică să trăiesc. Dar, eu sunt cel care prefer să mă topesc în mulţime sau să fiu absorbit (uneori de către partenerul meu sau de către unul dintre părinţii mei). Simt că "mi se ia şi pielea de pe mine". Mă pedepsesc sau mă sacrific, nu cred că merit ceva mai bun şi vreau să fiu aprobat de ceilalţi.

Accept↓♥ să fiu deschis la nivelul inimii♥, faţă de aventură şi viaţă; îmi cresc respectul de sine şi pot accepta noile impresii (noile gusturi) şi merge mai departe. Pofta mea de mâncare se va echilibra. Iar pentru că ***pofta vine mâncând***, VIAŢA vine cu TRĂIND! Accept↓♥ să mă poziţionez şi să recunosc această pasiune şi aceste dorinţe din mine, care nu cer decât să fie exteriorizate, mai ales prin intermediul creativităţii mele.

66. APNEE ÎN SOMN *Vezi: RESPIRŢIE [AFECŢIUNI LEGATE DE...]*

67. APOPLEXIE *Vezi: CREIER — APOPLEXIE*

68. ARITMIE CARDIACĂ *Vezi: INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ*

69. ARSURI *Vezi şi: ACCIDENT, PIELE [ÎN GENERAL]*

Arsura, cauzată de diverse surse fizice (căldură, frig etc.) provoacă o leziune a pielii. Pielea reprezintă limita dintre interior și exterior, frontiera dintre universul meu interior și lumea din jurul meu. Există ceva ce mă arde pe dinăuntru: o profundă durere, emoții profunde și violente refulate (furie, supărare, disperare) și întorc toate aceste emoții împotriva mea, sub formă de culpabilitate și de autopedepsire (arsura). O arsură poate implica mai multe părți ale corpului (carnea, țesutul moale, lichidele corpului, uneori și oasele). O arsură pe plan emoțional sau mental se manifestă fizic într-un mod foarte agresiv și puternic. Verific semnificația părții afectate. Dacă am mâinile arse, este probabil că mă simt vinovat să îndeplinesc ceva, legat de o situație actuală sau pentru că mă încăpățânez față de ceva sau de cineva. Dacă am picioarele arse, acest lucru are o legătură cu viitorul și direcția pe care merg în viață. Poate îmi este teamă să cunosc o persoană nouă sau o situație nouă, deși ard de nerăbdare să o cunosc. Îmi este teamă că proiectele mele se vor risipi. Sau poate, am o dorință arzătoare să fiu cu persoana iubită. Pot să "mă joc cu focul" într-o anumită situație din viața mea și am nevoie să fiu mai atent cu lucrurile pe care le fac sau cu ceea ce spun. Semnificația arsurilor diferă și în funcție de cauza acestora. Dacă arsura este provocată de lichide (apă fierbinte, gaz), aceasta are legătură cu o **reacție emoțională violentă**, în timp ce, o arsură provocată de o substanță solidă (metale) implică o "arsură" pe plan mental. Arsurile ușoare îmi arată faptul că trebuie încetinesc ritmul și să mă concentrez mai mult pe prezent în loc să îmi risipesc energiile și atenția pe mai multe lucruri deodată. O arsură mai gravă indică emoții mai violente, destructive. Mă simt "ars" de cineva sau într-o situație, cristalizată în interiorul meu, trecută sau prezentă. Analize emoțiile care mă ard pe dinăuntru. Mă simt prins, ca și cum libertatea mea ar fi îngrădită. Îi acuz pe ceilalți, dar eu sunt cel care are nevoie să mă responsabilizez și să mă respect pentru a-i determina și pe ceilalți să mă respecte. Există mai multe tipuri de arsuri, clasificate în funcție de profunzimea lor. Toate referirile de dinainte sunt valabile pentru următoarele tipuri de arsuri, în funcție de "profunzimea" acestora. Arsurile de **gradul întâi**, care afectează partea superficială a pielii (ca arsurile solare) pot implica o confuzie în situațiile din viața mea. Cele de gradul doi, au legătură cu suferința pe care o trăiesc într-un aspect al vieții mele, pe care îl consider important. Arsurile de gradul trei, care afectează toate straturile pielii, pot afecta un mușchi, un tendon sau un organ. Acestea corespund unei furii și unei agresivități intense, care îmi străpunge barierele naturale de protecție fizice și psihice. Pe plan fizic, arsurile grave nu mai pot fi recuperate. Totuși, există calitățile mele divine (iubire, tandrețe, respect) care mă pot ajuta să integrez experiența unei arsuri grave.

În loc să văd doar dificultățile și problemele din viața mea, accept↓♥ să văd iubirea din fiecare situație. **Iubirea** este peste tot și sunt deschis să o primesc și să învăț din experiențele pe care le trăiesc. Acesta este procesul normal de integrare la nivelul inimii. Astfel îmi pot vindeca atât rănile interioare, cât și pe cele exterioare.

70. ARSURI LA STOMAC *Vezi: STOMAC — ARSURI LA STOMAC*

71. ARTERE *Vezi: SÂNGE — ARTERE*

72. ARTERIOSCLEROZĂ *Vezi și: SÂNGE/ ARTERE/ CIRCULAȚIE SANGUINĂ*

Arterioscleroză, denumită și **ateroscleroză**, este o boală degenerativă care provine din formarea unor depozite de lipide (grăsimi, asemănătoare cu colesterolul) pe peretele arterelor cerebrale, coronariene, renale sau ale membrelor inferioare. Arterioscleroză este și o boală degenerativă, cauzată de distrugerea fibrelor musculare și elastice. Ambele formule se manifestă prin întărirea arterelor și a arteriolelor, mai ales prin epuizarea și pierderea elasticității peretelui acestora, o capacitate slăbită de dilatare și de circulație a sângelui, prin creșterea depozitelor de grăsime, în concluzie, prin mai puțină iubire, exprimată la nivelul inimii♥. Această stare progresivă se manifestă dacă sunt rigid sau devin inflexibil sau tensionat, cu privire la comunicare și la gândurile mele. Este manifestarea unei rezistențe foarte puternice și a unei îngustimi de spirit, psihice și interioare. Exprimarea și receptarea **iubirii** și a bucuriei devin limitate și restrânse.

Prin urmare, există un dezechilibru față de a da și a împărtăși cu ceilalți și faptul de a primi. Am idei fixe și foarte rigide, sunt intransigent, rigid, lipsit de compasiune; am tendința de a vedea doar partea întunecată sau negativă a vieții. Îmi refulez, inconștient, emoțiile și refuz **iubirea**, pentru că îmi este frică să mă exprim. Poate că trăiesc prea mult în conformitate cu principiile și cu morala, care mi-au fost transmise în copilărie, în loc să am propriile mele valori. Rămân prizonier în această stare, pentru că mă simt în siguranță. Totuși, stagnez în loc să evoluez. Deoarece viziunea mea asupra lucrurilor este limitată de frici și arterele mele sunt la fel. Mă simt, sclerozat, cristalizt, la fel ca arterele mele. Mă simt închis în mine. În loc să mă las condus de intuiția mea, pentru a ști ceea ce este bun pentru mine, mă las îndrumat de repere exterioare. Poate consider că m-am înșelat și că m-am judecat prea aspru. Când și unde am mai trăit o experiență traumatizantă, care m-a făcut să detest o parte din mine, atât de tare încât am negat-o sau m-am simțit respins? Această boală este legată de o rană afectivă sau de nerecunoașterea iubirii din viața mea. Ce rost are să văd ce este exccelent pentru mine? De ce să îmi exprim sentimentele ? De ce să mă implic într-o relație, dacă risc să fiu rănit ? Corpul meu îmi arată că este nevoie de o schimbare în comportamentul meu față de viață. **Conștientizez** faptul că în arterele mele se acumulează culpabilitate, supărare, rușine, regrete, pe care le trăiesc în fiecare zi.

Dacă accept↓♥ să am o atitudine mai deschisă, mai tolerantă și mai blândă față de mine însumi și de experiențele pe care le trăiesc, procesul de unificare cu eul meu interior și cu universul se va manifesta mai mult. Îmi recuperez bucuria, seninătatea și fexibilitatea, față de cei din jurul meu și mă abandonez unei adevărate exprimări a **iubirii**. Oameni din jurul meu vor simți schimbarea. Accept↓♥ să primesc ajutor. Trebuie să îmi dezvolt creativitatea pe plan fizic și material. Viața va avea grijă de mine. Mă exprim liber pentru a evita orice altă acumulare în arterele mele şi îmi împing limitele pentru a mă angaja din plin în relaţiile mele cu ceilalţi.

73. ARTICULAŢII (în general) *Vezi şi: ARTRITĂ — ARTROZĂ*

O articulaţie este o parte a corpului unde se reunesc două sau mai multe oase, permiţând o mişcare adaptată[6] anatomiei corpului (se mai numesc şi încheieturi). Articulaţia simbolizează uşurinţa, mobilitatea, adaptabilitatea, flexibilitatea şi oferă graţie şi fluiditate mişcărilor. Toate aceste calităţi simple sunt posibile dacă articulaţia este în stare perfectă. Totuşi, articulaţiile au anumite limite. Iar cum oasele reprezintă forma de energie "cea mai densă", cea mai fundamentală a existenţei, problemele apărute la articulaţii sunt implicate în toate componentele psihologice ale corpului (ţesut, sânge etc.). O afecţiune la articulaţii indică o rezistenţă, o reţinere, o anumită încremenire în gândurile mele, în acţiunile mele sau în exprimarea emoţiilor, de obicei refulate. O inflamaţie a articulaţiilor apare dacă îmi este teamă să merg înainte: devin incapabil să mă mişc, am o dificultate de a schimba direcţia, mă prefac că sunt detaşat emoţional, nu sunt spontan, ezit sau refuz să mă las purtat de viaţă şi să am încredere în ea. Furia rezultă din faptul că refuz să îmi exprim frustrările şi decepţiile. Când mă mişc cu durere şi dificultate, corpul meu exprimă faptul că, nu vreau să înţeleg (sau să accept↓♥ să înţeleg) ceva ce îmi limitează exprimarea de sine. Mă simt închis, prins într-un aspect din viaţa mea. Am o dificultate de a fi articulat, de a vedea clar în gândurile mele şi a le exprima. Mă simt lipsit de valoare, deşi am o mulţime de posibilităţi. Durerile articulare indică faptul că emoţiile şi şocurile au fost suportate mult timp şi devin insuportabile deoarece au depăşit limita. Aceste dureri exprimă o retragere în sine, lipsa flexibilităţii (faţă de sine şi faţă de ceilalţi) sau o lipsă de adaptare. Articulaţiile rigide indică cât de rigid pot fi în modul meu de a gândi, cât de intolerant sunt şi faptul că ar fi bine să încep să văd viaţa într-o lumină pozitivă.
Trăiesc în funcţie de structurile şi de autoritatea exterioare, în loc să îmi ascult vocea interioară, care ar trebui să fie autoritatea supremă. Am impresia că port întrega lume pe umerii mei. Dacă articulaţiile mele cedează, acest lucru indică faptul că îmi port pică pentru că am spus sau am făcut ceva, deşi nimeni nu mi-a făcut reproşuri. Dacă apare o degenerescenţă a articulaţiei este un semn că mă retrag în gândurile mele, în latura mea raţională şi mă deconectez astfel de existenţa aceasta, pe care o refuz.

Plecând de la rigiditatea mea de a înţelege, verific semnificaţia părţii corpului afectate şi astfel pot activa procesul de acceptare↓♥ a faptului că am ceva de înţeles din această situaţie. De exemplu, încheieturile mâinii, coatele, umerii sau mâinile dureroase, indică faptul că trebuie să încetez o acţiune sau o muncă oarecare. Vreau să mă retrag în mine însumi (coatele) pentru că sunt obosit sau nu pot face ceea ce am de făcut sau am obosit să fiu cine sunt; nu mai vreau să fiu responsabil (umerii). Şoldurile, genunchii şi picioarele (membrele inferioare) indică o renunţare de a trăi mai departe cu dificultăţile vieţii mele. Este important să nu uit că, concentrarea atenţiei asupra unui singur loc (adică faptul de a-mi fixa inconştient energia sau emoţia în acel loc) poate cristaliza acea energie şi imobiliza articulaţia. În acest caz, procesul de acceptare↓♥ la nivelul inimii♥ este esenţial pentru a integra conştientizarea faţă de această boală şi astfel pentru a mă elibera. Articulaţia este locul în care se întâlnesc oasele. O boală care afectează acest loc denotă o inflexibilitate faţă de mine însumi sau faţă de o persoană sau o situaţie. Verificând partea corpului care este afectată, pot găsi aspectul din viaţa mea faţă de care este important să fiu mai flexibil. Este vorba despre articulaţiile de la degete, de la mâini sau de la glezne etc. ? Emoţiile şi şocurile acumulate devin deodată insuportabile şi indică o retragere în sine. Gândurile dureroase şi obsesionale se fixează şi se cristalizează într-un punct precis din corp. Acceptând↓♥ să mă ascult pot să îmi regăsesc astfel adevărata putere şi pot recunoaşte toate calităţile mele. Pot merge mai departe, evolua, pot face shimbări care apar în viaţa mea, într-un mod armonios şi fluid.

74. ARTICULAŢII — ENTORSĂ

Entorsele sunt provocate de o leziune a ligamentelor şi a articulaţiilor. **Articulaţiile** reprezintă flexibilitatea şi capacitatea mea de a mă adapta diverselor situaţiii din viaţă. Încheietura mâinii şi gleznele exprimă energia, în momentul dinaintea manifestării sale pe plan fizic. **Entorsa** indică faptul că îmi pun nişte frâne şi nu vreau să fac ceea ce mi s-a cerut. Mă opun şi am o **nesiguranţă** faţă de direcţia pe care vreau să merg (**glezna**) sau legat de ceea ce fac (încheietura mâinii) în prezent sau ceea ce aş putea face într-o situaţie nouă. Sunt gata pentru orice, pentru a nu ceda, dar când presiunea devine prea puternică, **ligamentele** sunt cele care preiau greutatea şi se pot rupe. Trăiesc o culpabilitate şi vreau să mă pedepsesc deoarece mă opun acelei situaţii. Am o tensiune mentală, pe care nu o mai suport. Aş vrea să renunţ. În funcţie de nivelul meu de opoziţie, de încăpăţânare, de furie, de culpabilitate sau de tensiune mentală, voi avea fie o **entorsă beningnă** (o întindere) în care ligamentele sunt doar tensionate, fie o **entorsă gravă**, ca în care ligamentele se **rup sau sunt smulse. O entorsă gravă** indică faptul că trăiesc o ruptură, o dezbinare de o persoană sau de o situaţie. Simt că "mi se smulge ceva" şi refuz acest lucru. **Conştientizez** ceea ce făceam sau simţeam în momentul în care s-a produs entorsa. Mă pot întreba: "Sunt pe cale să fac un lucru la care ar fi mai bine să renunţ ? Felul în care tratez o situaţie îmi provoacă o tensiune sau o angoasă reală ? Stau pe o bază instabilă şi nesigură, care mă tulbură pe plan mental ? Refuz să îmi dezvălui fricile cu privire la o persoană sau o situaţie ? Mă sprijin pe o bază puternică sau pe fricile mele ? Sau nu sunt de acord cu justiţia ? Simt că îmi este afectată integritatea ? "

Accept↓♥ să îmi acord timpul necesar pentru a mă reorienta sau a mă adapta la schimbările necesare pentru a mă simţi bine aşa cum sunt şi pentru a merge mai departe. Accept↓♥ această **entorsă,** care mă ajută să fac schimbările necesare. Dacă acceptarea este realizată, vindecarea se va produce repede şi va fi

---

[6] Oasele craniului sunt legate între ele fiind considerate articulaţii imobile

completă. Va dura însă mult mai mult, dacă mă devalorizez şi mă simt inutil deoarece îmi este greu să merg din cauza entorsei. De aceea, este important să văd această situaţie (entorsa şi consecinţele ei) într-un mod pozitiv şi constructiv.

75. ARTICULAȚII TEMPORO-MANDIBULARE *Vezi: GURĂ [afecțiuni ale...], MAXILARE [DURERI DE...]*

76. ARTRITĂ (în general) *Vezi şi: ARTICULAȚII [ÎN GENERAL], INFLAMAȚII*

Artrita este inflamaţia unei articulaţii. Aceasta poate afecta oricare dintre părţile sistemului locomotor. Cea mai răspândită formă de artrită este **poliartrita cronică evolutivă**. Aceasta se caracterizează prin inflamaţie, rigiditate musculară şi durere, care corespunde, pe plan metafizic unei stări de închidere, de **critică, de supărare, de tristeţe sau de furie**. Pe plan simbolic, graţia şi libertatea de mişcare sunt principalele calităţi ale unei articualţii. Când aceasta devine inflexibilă sau se întăreşte, **artrita** este asociată cu o formă de **rigiditate** a gândirii (gânduri cristalizate), a atitudinilor şi a comportamentelor mele, precum şi a emoţiilor profunde, pe care ar trebui să le exprim normal şi care se exprimă prin această boală. Artrita survine atunci când sunt prea **inflexibil, prea exigent, încăpăţânat, intolerant, foarte moralizator, critic sau prea orgolios** faţă de mine însumi, faţă de ceilalţi sau faţă de unele situaţii din viaţa mea. Suferinţa mea este însoţită, de obicei, de un sentiment de culpabilitate. Mă simt strâmtorat de sistemul în care trăiesc şi critic autoritatea, care îmi îngrădeşte libertatea. Viaţa este o luptă continuă, în fiecare moment. Am sentimentul că nu sunt iubit şi apreciat la **adevărata mea valoare**, prin urmare simt multă dezamăgire şi supărare, faţă de viaţă şi sunt prost dispus. Îmi exprim un spirit exagerat de raţional. Critic tot timpul, din orice motiv, pentru că îmi este frică de viaţă şi simt o formă de **nesiguranţă cronică**. Mă simt exploatat, fac unele lucruri pentru a fi pe placul celorlalţi, nu din propria mea voinţă, spun de multe ori "da", când de fapt aş vrea să spun "nu". Joc rolul victimei şi îmi convine acest lucru, pentru că astfel pot atrage atenţia celorlalţi. Mă simt neputincios şi îi fac pe ceilalţi responsabili de "calvarul" meu. Port pică lumii întregi şi mai ales, celor pe care îi iubesc, dar, în primul rând, îmi port mie pică.

Îmi este frică de blândeţea, de tandreţea, de **iubirea** din mine. Poate am trăit, în copilărie, un traumatism şi acum îmi refulez emoţiile, fără să recunosc ceea ce s-a întâmplat, pentru că "am suferit mult şi îmi permit (inconştient) să mă plâng şi să-i acuz pe alţii, pentru ca ceilalţi să înţeleagă cât de greu mi-a fost". Această formă de manifestare are legătură cu **sacrificiul de sine. Artrita** poate proveni, de asemenea, din felul în care mă tratez pe mine sau îi tratez pe ceilalţi, cu privire la critică. În acelaşi timp, artrita generează un soi de mişcare retrogradă; am impresia că sunt împins înapoi, pe plan energetic, ca şi cum cineva m-ar îndruma să aleg o altă direcţie, în loc să merg înainte. Din cauza faptului că, frica mea şi rigiditatea mea generează emoţii puternice, legate de cauza şi motivul pentru care aleg anumite direcţii în viaţă, pot avea sentimentul că sunt constrâns, limitat, imobilizat sau închis. Am o dificultate de a fi flexibil (în atitudinea mea), de a fi flexibil pe plan mental sau capabil să renunţ. Artrita unei articulaţii, indică faptul că, nu mai primesc informaţii din ceea ce trăiesc. Artrita de **la mâini** (degete) mă determină să mă întreb dacă, "fac cu adevărat ceea ce vreau eu ? Există oameni cu care „nu mai vreau să dau mâna" ? Sunt în stare să fi stăpân pe afacerea mea ?" Mă simt vinovat, îmi consider viaţa un eşec, deoarece cred că nu o pot controla. Libertatea mea şi spontaneitatea de a "manevra" ceea ce se întâmplă în univers sunt limitate de rigiditatea şi de asprimea mea. Mă încăpăţânez ca lucrurile să se petreacă într-un anumit fel şi refuz ajutorul celorlalţi. Mă aflu într-o structură rigidă, pentru că îmi este frică de necunoscut. Dacă **artrita** apare la **coate**, mă întreb "Oare sunt inflexibil la schimbările de direcţie, pe care le fac în viaţa mea ? Îi las pe ceilalţi să fie liberi şi să îşi exprime întreg potenţialul ? Dacă apare la **genunchi**: "În faţa cui am impresia că trebuie să îngenunchez, să mă aplec ?" La **şolduri:** sunt furios pentru că ceilalţi nu îmi recunosc nevoile. Aş vrea ca ei să răspundă aşteptărilor mele, fără să fiu nevoit să le cer aceste lucru. Bazinul mă ajută la mişcare, iar atunci când apare o frustrare sau un sentiment de neputinţă, nu mai îndrăznesc să mă mişc şi blochez circulaţia vieţii în acea zonă.

Începând de acum, accept↓♥ să îmi verific adevăratele intenţii faţă de **iubire.** Trebuie să îmi schimb modul de a gândi şi să adopt o nouă atitudine faţă de situaţiile din viaţa mea. Fiind deschis faţă de **iubirea**, care este omniprezentă şi exprimând-o într-un mod mai liber, mai sincer, mai liber şi mai spontan, **inima♥** mea va străluci şi îi voi respecta atât pe ceilalţi cât şi pe mine însumi. Prietenia, înţelegerea şi iertarea sunt acum la îndemâna mea. Accept↓♥ faptul că, singura persoană asupra căreia am putere, sunt eu însumi. Eu sunt creatorul vieţii mele. Ceilalţi doar reflect felul în care mă tratez eu însumi. Dacă eu am grijă de mine şi ceilalţi vor face la fel.

77. ARTRITĂ — ARTROZĂ *Vezi şi: ARTICULAȚII, OASE*

Artroza o afecţiune non inflamatorie şi degenerativă a cartilagiilor, cu afectarea oaselor. Poate fi localizată sau generalizată, în întreg corpul. Cel mai mult sunt afectate articulaţiile supuse unor constrângeri mecanice mai mari, precum cele de la coloana vertebrală (vertebra cervicală, a gâtuluiu), vertebrele lombare (la baza spatelui), şoldurile, mâinile, genunchii, gleznele. Durerea pe care o produce este de origine "mecanica" şi non inflamatorie, apare de obicei, după un efort susţinut şi dispare după repaos (această boală se mai numeşte şi **reumatism de uzură).** Când sufăr de **artroză,** este ca şi cum aş amplifica toate atitudinile, schemele mentale şi gândurile mele rigide.

Artroza este legată de o **rigiditate mentală**, de absenţa unei "călduri", în gândurile mele (frigul şi umiditatea accelerează apariţia artrozei) şi de multe ori, în relaţie cu o autoritate. Trăiesc o nedreptate şi îi acuz pe ceilalţi, pentru orice. Înţepenirea mă împiedică să mă îndoi, să mă aplec, la fel ca şi în viaţa mea, nu mai vreau să mă aplec în faţa altora. Am o motivaţie exagerată de a îndeplini unele sarcini, fără să mă gândesc la odihnă sau la echilibru (mă epuizez, fără să mă întreb dacă fac eforturi prea mari).

Am impresia că mă supun unei persoane sau unei situaţii, devenită intolerabilă, sau am o reacţie refulată faţă de o formă de **autoritate.** Mă simt ***înlănţuit***, am impresia că sunt supus unor ***munci forţate***, că sunt obligat să fac unele lucruri de care îmi este ruşine, deoarece "nu am nicio valoare". Sunt foarte perfecţionist şi mă critic tot timpul. Sunt aspru cu ceilalţi şi cred că nu mă iubesc. Vreau să nu mai lupt, să abandonez, să mă retrag, pentru că nu mai pot. Durerea mea este uriaşă pentru că, mă agăţ de un eveniment sau de o persoană din trecutul meu. Îmi este greu să văd adevărul în faţă şi îmi ascund emoţiile profunde. Uit şi mă privez de plăcere, fiind convins că trebuie să mă ocup de ceilalţi, înainte de a mă ocupa de mine. Sunt foarte intransigent cu mine însumi. Am o dificultate de a accepta↓♥ schimbările şi noile oportunităţi care mi se oferă şi care îmi pot să îmi zdruncine vechile credinţe. Încăpăţânarea mea provoacă o tensiune constantă.

Corpul meu îmi vorbeşte şi ar fi bine să îl ascult ! Pot integra această boală, începând cu a accepta↓♥ conştient faptul că trăiesc o furie şi că gândurile mele sunt rigide. Energia care curge prin mine este fluidă, armonioasă şi în **mişcare**. Dacă sunt deschis la nivelul inimii♥, las energia să circule şi recunosc că am de făcut nişte schimbări, pot opri procesul bolii şi îmi pot ameliora sănătatea ! Devin mai flexibil şi îi accept↓♥ pe ceilalţi aşa cum sunt, fără să vreau să îi schimb. Astfel îmi voi redobândi flexibilitatea, la nivelul întregului corp. Decid, începând de acum, că am dreptul la fericire. Am grijă de mine şi ceilalţi se vor bucura de acest lucru. Trăiesc din plin "aici şi acum" şi mă aştept la tot ceea ce este mai bun pentru mine.

78. ARTRITA DEGETELOR *Vezi: DEGETE — ARTRITĂ*

79. ARTRITĂ GUTOASĂ *Vezi: GUTĂ*

80. ARTRITĂ— POLIARTRITA REUMATOIDĂ

Poliartrita reumatoidă sau **cronică evolutivă** este o inflamaţie care afectează mai multe inflamaţii în acelaşi timp. Sistemul imunitar este atât de bolnav încât începe să se autodistrugă, este afectat foarte puternic ţesutul conjunctiv al articulaţiilor (colagen) fiind posibil riscul unei infirmităţi generale, însoţite de durere şi de umflarea articulaţiilor. Această afecţiune indică un atac al propriului meu eu, atât de puternice sunt emoţiile, **ranchiuna** şi **durerea**, care nu pot fi exprimate. Poliartrita reumatoidă are legătură cu un puternic **dispreţ faţă de sine**, cu o **ură** sau o **furie refulată de mult timp**, cu o **autocritică** atât de intensă, încât afectează energia fundamentală a existenţei mele.

Este manifestarea unei critici foarte puternice, faţă de autoritate sau faţă de ceea ce reprezintă autoritatea pentru mine: un individ, guvernul etc. Refuz să mă aplec în faţa acelei autorităţi, indiferent care sunt consecinţele ! Am resentimente faţă de toţi cei care mă deranjează sau îmi fac rău. Mobilitatea mea este limitată şi nu mă pot exprima liber (mai ales cu privire la direcţiile pe care le aleg) deoarece articulaţiile mele sunt prea dureroase). Corpul meu devine rigid, la fel şi atitudinile mele. Nu reuşesc să îmi exprim emoţiile puternice şi am impresia că sunt tot timpul oprimat şi supus. Adopt comportamente de autosacrificiu şi îmi îngrop emoţiile în mine. Mă sacrific pentru o cauză oarecare. Am impresia că cineva, "stă tot timpul în spatele meu". Această boală îmi poate indica o dificultate de a îndeplini anumite gesturi pe care le puteam face altădată, cu multă dexteritate. Acum, am impresia că sunt mai stângaci, mai neîndemânatic. Mă devalorizez, cu privire la acea activitate în care excelam şi cred că îmi pierd dexteritatea, forţa şi precizia. Poliartrita reumatoidă apare frecvent la croitori, de exemplu, care, după câţiva ani, devin mai lenţi, îşi pierd din abilitate. Şi sportivii sunt afectaţi frecvent de poliartrită, mai ales din cauza sentimentului de devalorizare pe care îl au deoarece nu sunt 100% în formă sau când performanţele lor scad.

Aceste simptome scot în evidenţă cât de mult vreau să mă supradisciplinez, pentru că sunt extrem de exigent faţă de mine însumi. Nu las loc pentru greşeli. Refuz bucuriile vieţii. Rigiditatea mea, frustrarea mea şi furia interioară mă fac să strâng pumnii. Acestea sunt canalizate prin intermediul sportului pe care îl practice. În momentul în care sunt mai puţin activ sau abandonez cariera sportivă, aceleaşi frustrări se vor manifesta altfel şi vor declanşa **poliartrita**. Acelaşi lucru se poate întâmpla dacă sunt compulsiv, foarte încăpăţânat, moralist sau am o problemă legată de putere. Aceasta se manifestă prin tendinţa mea de a vrea să conduc totul, o tendinţă de care nu îmi dau seama. Am tendinţa să mă sacrific pentru ceilalţi, dorinţă provenită dintr-o agresiune refulată; dar cât de mult acţionez cu **iubire**, cu respect faţă de mine ? Rigiditatea, atât cea fizică cât şi cea interioară se agravează din cauza acestei obstinaţii profunde de a nu vrea să schimb ceva şi a culpabilităţii, care mă roade în interior.

Învăţ să mă accept↓♥ cu forţele şi cu slăbiciunile mele. Chiar dacă am impresia că nu sunt suficient de bun sau sunt mai puţin eficient, observ toată experienţa pe care am acumulat-o de-a lungul anilor. Recunosc că este un câştig preţios, care face din mine o persoană extraordinară. Deschiderea la nivelul inimii♥ este esenţială şi vreau să mă eliberez de toate emoţiile care îmi otrăvesc existenţa. Începând de acum, îmi recapăt pe deplin puterea asupra vieţii mele, începând cu faptul de a mă iubi şi de a mă accepta↓♥ aşa cum sunt. Îmi ocup locul cuvenit ! Accept ↓♥ să adopt noi moduri de viaţă. Îmi reevaluez priorităţile în viaţă şi îmi fixez din nou obiective mai realiste şi în armonie cu ceea ce iubesc şi învăţ să mă bucur de viaţă.

81. ARTROZA *Vezi: ARTRITĂ — ARTROZĂ*

82. ASFIXIE *Vezi: RESPIRAŢIE — ASFIXIE*

83. ASTENIE NERVOASĂ *Vezi: BURNOUT*

Astenia nervoasă este asemănătoare cu «burnout», este o formă de epuizare energetică şi nervoasă. Totuşi, este diferită de oboseală, care este un fenomen natural, deoarece nu este cauzată de muncă sau de un efort şi nu dispare neapărat după odihnă. Când am o astenie, mă simt la capătul puterilor şi energia mea "vitală" este afectată. Este o suferinţă sufletească, interiorizată de-a lungul vieţii. Astenia se instalează pe mai multe niveluri (pe plan fizic şi interior); există mai multe stări sau sentimente profunde care apar la suprafață: tristețe, frică, emotivitate crescută, remuscări față de exeperiențe din trecut și chiar supărare. Refuz viața pe care o duc. Mă simt descurajat și nu vreau să încep nimic. Chiar dacă astenia, fie că este somatică, psihică sau reacțională, poate decurge din mai multe cauze, verific ce anume mă determină să am o astfel de stare.

Accept↓♥ să schimb situația, cu condiția să găsesc cauza profundă care m-a determinat să îmi "pierd" motivația de a fi și de a face ceva și să am o atitudine pasivă, să încerc să evit efortul.

84. ASTIGMATISM *Vezi: OCHI — ASTIGMATISM*

85. ASTM *Vezi și: ALERGII, PLĂMÂNI [AFECȚIUNI LA...], RESPIRAȚIE*

Astmul este o afecțiune respiratorie, caracterizată printr-o dificultate de a respira, care poate duce la sufocare. În timpul unei crize de **astm**, reacția sistemului imunitar față de substanțele care produc alergii (alergeni) este atât de puternică încât poate provoca un blocaj al respirației și uneori chiar moartea. Am nevoie să accept viața din mine (prin inspirație) și nu reușesc să dau (prin expirație) și intru în panică (inspir ușor, dar am probleme de expirație). Astfel respirația, capacitatea mea de a respira, devine scăzută și foarte limitată, deoarece eliberez foarte puțin aer. Am o angoasă puternică, îmi este teamă de propriile mele forțe și vreau să fug. Mă ascund după un titlu, după o diplomă, o organizație, o structură, pentru a fi în siguranță. Astfel, mă simt sufocat de puterea pe care o atribui celorlalți, dar este mai bine așa, decât să devin autonom și să îmi asum responsabilitățile. Această situație o pot trăi atât **copiii** cât și **adulții**. În cazul unui bebeluș care are astm, acesta trăiește o angoasă asemănătoare cu cea apărinților lui și care este ***îngrozitoare***. Vibrează împreună și copilul se întreabă dacă are forță să trăiască. Dacă sunt acel bebeluș, aș vrea să mă salvez, să fiu eliberat de acest pericol care mă pândește. Mă simt neputincios și trăiesc în funcție de ceilalți. Mă agăț de anumite persoane sau lucruri, cărora nu vreau să le dau drumul.

Oare mă sufoc de furie sau de agresivitate, pe care refuz să le văd și simt că "mă strâng de gât" ? Îmi este teamă că îmi lipsește ceva, mai ales **iubirea** ? **Astmul** este legat în primul rând de senzația de sufocare. Mă simt "strâns de gât", sufocat față de o persoană dragă sau față de o situație. Refuz ceea ce se întâmplă în viața mea și vreau tot timpul altceva. Cu o astfel de atitudine îmi distrug orice sentiment de libertate. Cred că sunt obligat să fac anumite lucruri și nu am libertatea de alegere. Trebuie să fac față unei persoane autoritare, care mă împiedică să mă exprim și îmi "taie răsuflarea". Nu simt că am libertatea de a-mi ocupa spațiul și de a vorbi. Sau trăiesc într-un mediu plin de dispute, de conflicte, fiind nevoit să mă confrunt, să înfrunt situațiile, un mediu care îmi otrăvește viața și reprezintă o amenințare pentru mine. Îmi este atât de frică încât "mi se taie respirația". Am impresia că viața mea este în plină schimbare. Aș vrea să fiu din nou în pântecele mamei mele, acolo unde aș fi în siguranță... Totuși, **iubirea**, mai ales cea a părinților mei, poate fi sufocantă: pot să am impresia că mama mea este prea protectoare și îmi este frică de ea sau un tată prea autoritar sau prea "matern". Uneori cred că, pentru a rămâne în viață, nu trebuie neapărat să arăt că sunt viu, ci trebuie să dispar. Aș vrea să iau ceea ce mi se cuvine, dar în același timp, este periculos. Folosesc **astmul** pentru a atrage **iubirea**, atenția sau o formă de dependență afectivă. Astmul, fiind asemănător cu asfixierea și cu alergia, pot avea sentimentul de a fi limitat și îi las pe ceilalți să îmi invadeze spațiul vital, sunt foarte influențat de puterea celorlalți, vreau să le fac pe plac, fac lucruri care nu îmi convin, ajungând chiar să mă sufoc, pentru a exprima o revoltă interioară legată de o anumită situație. Este un mijloc foarte bun de a mă simți puternic, de a obține tot ceea ce vreau, prin manipularea celorlalți... Nu vreau să îmi văd limitele și încrederea în mine este înlocuită de neliniște și de angoasă. Nu știu cum să mă port cu emoțiile mele și mă simt foarte singur. Mă prăbușesc sub povara responsabilităților și trebuie să mi le asum, fără ajutorul altcuiva. Este interesant de menționat faptul că, studiile științifice au demonstrat că, crizele de astm la copii se apar de obicei, în luna septembrie. Este un fapt absolut normal, deoarece eu, copil fiind, mi-am petrecut toată vara afară, în aer liber, cu prietenii mei. Când mă întorc la școală, totul este ordonat, disciplinat, programat. Mă simt sufocat de tot programul acesta și de obligațiile mele (teme, de exemplu) sau din cauza lucrurilor pe care nu le mai pot face (de exemplu, să mă culc seara mai târziu). Va trebui să îmi cunosc bine forțele și slăbiciunile, pentru a putea trăi în armonie și a aprecia viața. Ceilalți sigur vor face totul pentru a mă salva ! când am astm, am imaginea unei persoane slabe, care cere multă **iubire**, fără să fie pregătită să dăruiască **iubirea**, la fel ca un copil care țipă ca să i se împlinească nevoile, fără a avea maturitatea de a fi deschis la aspectul său divin. **Viața este un schimb reciproc, echilibrat și constant între a da și a primi.** Toate acestea au o legătură cu o frică din trecut, cu un soi de iubire sufocantă, pe care eu am interpretat-o astfel (de obicei iubirea maternă), cu o tristețe refulată, din copilăria mică. Poate fi, de asemenea, o frică legată de prima mea respirație, în momentul nașterii mele, când m-am simțit sufocat sau speriat de mama mea (inconștient) sau de o situație asemănătoare. Respirația simbolizează independența vieții, individualitatea, capacitatea de a respira singur. În cazul în care am astm, nu reușesc să îmi exprim sentimentul de independență, să îmi trăiesc propria viață; mă simt respins de venirea altcuiva, îmi este greu să mă ocup de mine și să mă desprind de părinții mei (o dependență represivă mai ales de mamă sau de parteneră). **Nu concep să mă despart de imaginea aceasta minunată (mama mea) blândă și liniștitoare, să mă căsătoresc sau să-i văd pe părinții mei divorțați, fără ca eu să am o reacție !** Când manifest o criză de astm, vreau să îmi urlu disperarea, durerea, neînțelegerea. Dacă sunt în contact cu o persoană, o situație sau un gând pe care nu le pot tolera deloc ("sunt alergic") și față de care mă simt incapabil să mă afirm, poate apărea **criza de astm**. Am o furie "oarbă", sunt negru de suprare și astfel apare criza de astm.

Accept↓♥ să exprim lucrurile care mă sufocă și să mă poziționez. Verific dacă afecțiunea apare în mod regulat și îmi schimb programarea mentală. Devin responsabil de viața mea și învăț să dau cu generozitate, fără să forțez lucrurile. Îmi recunosc calităţile, chiar dacă par puţine şi, mai ales, sunt deschis la nivelul inimii♥ şi integrez procesul necesar, care corespunde cu adevărat nevoilor mele. Totul va merge bine, voi fi mulţumit şi plin de iubire, de tandreţe şi voi avea o respiraţie normală şi echilibrată. Învăţ să mă iubesc şi să iubesc viaţa. Învăţ să am încredere în mine. La fiecare inspiraţie, mă simt mai susţinut de viaţă şi mai în siguranţă, la fiecare expiraţie, învăţ să renunţ la control, să mă abandonez şi să las curentul vieţii să curgă. Astfel învăţ să fiu tot mai expansiv şi îmi ocup locul cuvenit în univers. Învăţ să mă iubesc, în unicitatea mea.

86. ASTMUL BEBELUŞULUI

Astmul bebeluşului este şi mai pronunţat, de cât astmul comun. Nou-născutul se teme atât de tare de viaţă încât îşi manifestă încă de pe acum refuzul de a trăi în această lume.

Este bine să îi vorbim cu **inima♥** deschisă, cu gânduri sau cuvinte, pentru a-i transmite cât de iubit este, cât de apreciat şi că i se vor împlini nevoile.

87. ATAC CARDIAC *Vezi: INIMĂ♥ — INFARCT [... DE MIOCARD]*

88. ATAXIE LUI FRIEDREICH

Ataxia (lipsa de coordonare a mişcărilor) **lui Friedreich**[7] este o boală nervoasă, caracterizată prin degerescenţa măduvei spinării şi a cerebelului[8]. De obicei este cauzată, de o schemă de gândire a mamei. Este o gândire atât de puternică, încât fetusul pe care îl port în pântece în timpul sarcinii, o captează şi răspunde acesteia, necondiţionat (la fel ca şi iubirea mamei pentru copilul ei). Ca mamă, îmi doresc atât de mult să am un copil care să corespundă viselor mele, încât copilul va ajunge să se simtă complet neputincios să îmi îndeplinească dorinţele. Dacă sunt copil într-o astfel de situaţie, îmi este teamă că nu voi putea îndeplini toate "sarcinile" pe care mama mi le cere şi că nu voi fi la înălţimea aşteptărilor ei. Îmi este teamă că nu am capacitatea fizică potrivită. Simt că libertatea mea este afectată, restrânsă. Astfel, apare un blocaj în dezvoltarea mea. Vreau să mă izolez de restul lumii. Dacă sunt mamă, trăiesc într-un ţinut imaginar în care trebuie să îţi păstrezi un anumit statut social şi nu îmi place dacă este deranjat calmul aparent din acest ţinut. Oricare ar fi vârsta copilului afectat, este datoria mea să îi explic că am anumite vise legate de el, pentru că îl iubesc şi vreau tot ce este mai bun pentru el. Oricare ar fi problemele copilului meu, îl iubesc aşa cum este şi nu este nevoie să devină un "supererou".

Accept↓♥ să îmi restabilesc priorităţile în viaţă, să le aleg pe cele cu adevărat importante pentru mine. Când copilul este încă în stare intrauterină, îi pot vorbi, deoarece, chiar şi atunci, aude tot ceea ce îi spun. Dacă este mai mare, vorbesc cu el şi el va simţi toată **iubirea** mea pentru el şi astfel va începe procesul de vindecare. Nimic nu valorează cât iubirea şi iertarea, pentru a restabili armonia dintre două fiinţe.

89. ATROFIE *Vezi şi: MUŞCHI — MIOPATIE*

Atrofia este o diminuare a volumului sau a greutăţii unui organ, a unui membru sau a unui ţesut. Indică faptul că există o mulţime de lucruri pe care mă abţin să le fac, să le exprim sau să le manifest şi pe care nu îndrăznesc să le îndeplinesc. Există o senzaţie de pierdere sau de diminuare undeva, într-un aspect al vieţii mele, care mă face vulnerabil. Îmi pierd raţiunea de a fi şi nu mai am grijă de mine. Corpul meu face acelaşi lucru. De ce să mai păstrez un lucru de care nu mai am nevoie sau pe care nu îl mai folosesc ? Îmi sacrific visele din cauza celorlalţi. Mă culpabilizez, pentru că nu am îndeplinit bine anumite lucruri şi membrele mele pot fi afectate. Sau, mi seîntâmplă să mă pedepsesc pe mine însumi, deoarece nu mi-am atins scopurile, care de multe ori sunt irealizabile. Este important să verific semnificaţia părţii din corp care a fost afectată şi astfel voi obţine mai multe informaţii. De exemplu, **atrofia musculară:** devin pasiv, nu mai îndrăznesc să mă mişc, pentru că gesturile pe care le fac sunt "tot timpul" judecate sau trec neobservate.

Accept ↓♥ faptul că m-am ascuns în spatele acestei atitudini defetiste, dar acum depinde doar de mine să mă ridic şi să merg înainte. Nu mă mai devalorizez, îmi recunosc forţele şi le folosesc. Resping orice critică şi mă concentrez pe calităţile mele şi pe ceea ce am de făcut, ştiind că sunt tot timpul îndrumat. Începând de azi, ştiu că mă pot descurca singur, în orice situaţie. Am capacitatea şi curajul de a face faţă, cu încredere şi cu determinare. Mă angajez să îmi respect sufletul şi accept↓♥ să devin creatorul vieţii mele.

90. AUTISM

Autismul reprezintă un refuz de a face faţă realităţii fizice din lumea exterioară, ceea ce determină o formă de retragere în lumea interioară lumea imaginarului şi a fanteziei.

Fug de o anumită situaţie sau de cei din jurul meu, pentru că sufăr prea mult sau pentru că sensibilitatea mea este afectată. Suferinţa mea, tristeţea, ranchiuna, fricile mele sau disperarea mea sunt atât de puternice încât mă deconectez de lumea fizică. Mă refugiez într-o muţenie care pentru mine reprezintă singurul mod de a mă refugia, deoarece lumea exterioară mi se pare ostilă şi ameninţătoare. Poate vreau să elimin una sau mai multe persoane din viaţa mea şi le ignor, mă port ca şi cum nu ar exista. Faptul că eu m-am închis în globul meu de sticlă, implică faptul că primesc mii de informaţii pe zi, care sunt "adunate" şi păstrate în lumea mea interioară în loc să fie împărtăşite în comunicarea cu alte persoane. Mă simt ca într-o gaură neagră, care mi se pare fără ieşire. Am impresia că standardele pe care trebuie să le ating sunt atât de înalte că este mai uşor pentru mine să mă retrag în tăcerea mea decât să fiu nevoit să mă depăşesc tot timpul şi să "dau socoteală" celorlalţi (părinţi, profesori, şef etc.) Când vorbesc vreau să fiu hiperperfomant. Acest lucru mă determină să verific de zeci de ori înainte să vorbesc, deoarece dacă greşesc, va fi o catrastofă pentru mine. Astfel, mă oblig să tac şi să păstrez informaţiile în interiorul meu, dacă ceea ce spun nu este perfect. Este ca şi cum, vorbirea mea ar fi închisă în mine, pentru că aş vrea să spun ceva, dar presiunea pe care o simt este atât de puternică încât prefer să păstrez tăcerea. Încă de când am venit pe lume, mă simţeam exclus, diferit, marginal. Frica mea că voi fi rănit sau că nu voi fi la înălţimea aşteptărilor celorlalţi mă determină să mă închid în mine însumi. Neputinţa de a-mi îndeplini visele şi ambiţiile mele mă fac să trăiesc într-o lume în care nimeni nu are acces. Îmi construiesc o fortăreaţă în jurul meu. Mă simt ca într-un fel de exil. Această izolare pe care o trăiesc scoate în evidenţă nevoie de perfecţiune faţă de mine însumi şi îmi aminteşte că nu sunt " bun de nimic": sunt un ratat, un eşec total, pentru că nu îndrăznesc nici măcar să încerc. Se întâmplă foarte des să fiu un copil hipersensibil şi astfel, chiar din pântecele mamei, să pot simţi toată angoasa şi neliniştile părinţilor mei. Este posibil ca şi ei să considere lumea în care voi trăi, ca fiind ostilă. Am decis să trăiesc în mintea mea, deoarece ceilalţi sunt periculoşi pentru mine. Stările mele interioare erau asemănătoare cu cele ale părinţilor mei (deoarece suntem în rezonanţă). Este important ca părinţii să conştientizeze starea lor interioară (imposibilitatea lor de a comunica în anumite aspect ale vieţii) pentru ca fiecare dintre noi să se elibereze din închisoarea psihologică în care este închis. Cei din jurul meu trebuie să fie capabili să comunice plecând de la ceea ce este în interior (lumea interioară) cu mine pentru a mă conecta din nou sau mai mult la lumea fizică. Intrând în lumea mea interioară, ceilalţi vor putea să îmi cunoscă mai bine nevoile şi fricile, pentru ca eu să îmi pot manifesta apoi încrederea şi deschiderea necesare pentru a intra în contact cu lumea fizică.

---

[7] **Friedreich** (Nikolaus) (1838-1927): neurolog german care a descris prima dată această boală, în anul 1881. S-a ocupat mai ales de ataxia în forme ereditare

[8] **Cerebelul:** este situat la baza craniului, este responsabil de coordonarea muşchilor necesari echilibrului şi mişcării

Accept↓♥ să îmi construiesc o siguranţă interioară, o încredere în mine, pentru a putea să reiau contactul cu lumea din jurul meu. Chiar dacă există un anumit risc, decid să fac acest pas, să fiu deschis spre ceilalţi. Viaţa este compusă din provocări. Privesc toate visele, toate proiectele pe care îmi este imposibil să le realizez şi accept să renasc în mine însumi, să mă întorc la viaţa mea. Ştiu că voi avea întotdeauna sprijinul şi ajutorul necesar. Nu mă mai critic. Ştiu că sunt diferit, unic, că am talente preţioase şi am toată libertatea necesară pentru a le cultiva, în ritmul meu, în siguranţă.

91. AUTOLIZA *Vezi: SINUCIDERE*

92. AUTOMUTILARE *Vezi şi: AMPUTARE*

Automutilarea este un comportament care mă determină să mă rănesc sau să mă tai. Este posibil ca această atitudine să provină dintr-o stare mentală tulburată, ca şi în cazul psihozelor, al schizofreniei sau al deficienţelor la copii. Poate proveni şi din faptul că, simt o culpabilitate mare, poate asociată cu o iritabilitate, deoarece nu mă simt demn să fiu ceea ce sunt. Ura şi furia pe care le simt împotriva mea, faptul că vreau să mă pedepsesc şi că trebuie să sufăr, se exprimă prin automutilare. În loc să mă exprim prin cuvinte, automutilarea devine un instrument de exprimare a frustrărilor mele. Pot să mă folosesc de aceste răni pe care mi le provoc, pentru a atrage atenţia celorlalţi, pe care o confund cu iubirea. Este ca şi cum aş vrea să îmi manifest fizic suferinţa interioară pentru a mă elibera şi a-mi exprima nevoia de a fi iubit. Este posibil să am un rol de victimă, care merită să sufere, încă de când eram copil. Prin urmare, viaţa îmi va oferi persoane şi situaţii, care mă vor face să mă simt victimă. În astfel de situaţii am nevoie de ajutor din exterior.

Accept↓♥ să cer ajutor în interiorul meu şi să caut pe cineva din anturajul meu, care ar putea să mă ajute, direct sau indirect, să îmi regăsesc respectul de sine, bucuria de a trăi, pe care am şi eu dreptul să le cunosc. Accept↓♥ să ies din muţenie şi să îmi exprim suferinţa şi durerea, pentru a mă elibera.

93. AUZ *Vezi: URECHI — SURZENIE*

94. AVORT SPONTAN *Vezi: NAŞTERE— AVORT*

95. AXILA *Vezi şi: MIROS CORPORAL*

Axila este zona situată sub umăr, între faţa laterală a toracelui şi cea internă a braţului, conţine numeroase vase de sânge şi mulţi nervi. Asigură transpiraţia corpului. **Axila** este în relaţie cu forţele mele cele mai vechi şi cele mai profunde şi exprimă modul în care intru în contact cu acestea. Fie îmi refuz emoţiile fundamentale sau primare (de exemplu, cele sexuale) fie, din contră, acestea mă preocupă tot timpul. Îmi este greu să avansez deoarece **nu** ţin cont de ceea ce spune vocea mea interioară. Deoarece părinţii mei vor ca eu *să mă adăpostesc* sub aripa lor, mă simt limitat în capacitatea mea de a mă diferenţia de ei, de a fi eu însumi ! Când există o transpiraţie abundentă la nivelul **axilelor**, înseamnă că emoţiile mele se revarsă, trăiesc o stare de nervozitate şi de angoasă. Există o situaţie din viaţa mea, pe care nu o pot simţi şi pe care o păstrez secretă ("sub aripa mea"). În cazul în care apare **o inflamaţie a ganglionilor axilei (adenopatia axilară)** acest lucru indică faptul că, îmi ascund, în adâncul meu emoţiile şi pulsiunile. Pentru că nu le pot reţine, acest lucru se manifestă prin comportamente compulsive şi **ganglioni** umflaţi. Îmi este atât de teamă să îmi asum adevărata personalitate încât prefer să mă conformez celorlalţi. Totuşi devin dependent de ceilalţi şi sunt deconectat astfel de natura mea profundă.

Accept↓♥ "să ies din cochilia" mea în loc să rămân ascuns. Las la o parte ceea ce nu este bun pentru mine. Îmi las forţele interioare naturale să se exprime şi îmi procur astfel întreaga siguranţă şi dinamismul de care am nevoie pentru a-mi îndeplini dorinţele cele mai profunde.

B

96. BACTERIE MÂNCĂTOARE DE CARNE (infecţie cu...)

Fasceita necrozantă este denumită popular, infecţia cu bacteria mâncătoare de carne.

Este o infecţie care se infiltrează în diverse straturi ale ţesutului care acoperă muşchii (fascia). Infecţia distruge ţesutul şi poate cauza moartea într-un interval de 12-24 de ore. Semnele prin care se poate recunoaşte sunt, printre altele, o febră foarte puternică şi o umflătură roşie şi dureroasă care poate începe printr-o leziune uşoară (o tăietură). Dacă sunt afectat de o asemenea infecţie, acest lucru indică faptul că vreau să schimb ceva important în viaţa mea, dar simt că fortăreaţa mea este atacată din toate părţile. Mă aflu într-o situaţie de conflict interior, de dualitate, în care nu mă mai pot retrage sau nu mai pot schimba direcţia, aşa cum vreau eu. Oare am toată protecţia şi ajutorul de care am nevoie pentru realizarea dorinţelor mele ? Convingerile mele profunde sunt afectate. Se spune despre mine că am "o mână de fier". Sunt fidel ideilor mele sau sunt încăpăţânat, chiar dacă ajug să mă autodistrug? Tolerez foarte greu contradicţiile. Atitudinile mele negative sunt pe cale să "mă mănânce pe dinăuntru". Am atât de multe limite, bariere, care se ridică pentru a mă împiedica să merg mai departe, încât sunt foarte furios ; sunt oripilat, exasperat, simt că "mi se face pielea de găină". Poate îmi este frică de o separare din viaţa mea personală sau legată de muncă. Din punctul meu de vedere, această situaţie ar avea consecinţe foarte grave asupra viitorului meu sau asupra reputaţiei mele.

Accept↓♥ să fiu mai flexibil în felul meu de a aborda evenimentele şi viaţa în general. Nu mai vreau să controlez totul, îmi dezvolt răbdarea şi nu mai ţin cont de părerea celorlalţi despre mine. Văd tot timpul latura frumoasă a lucrurilor, îmi păstrez inima deschisă♥ şi astfel, **iubirea** poate circula liberă în mine şi în jurul meu. Învăţ să îi mulţumesc Sursei pentru tot ceea ce primesc, îmi clarific obiectivele şi privesc situaţia cu curaj, acceptând să mă relaxez. Accept↓♥ să primesc ajutorul celorlalţi şi înţeleg că, atunci când las să circule energia în mine, îmi regăsesc forţa de a-mi îndeplini obiectivele, în pace şi cu seninătate.

97. BALONARE *Vezi şi: STOMAC / [ÎN GENERAL] / GAZE*

Balonarea este provocată de o umflare cu aer sau cu apă, la nivelul abdomenului. Are legătură cu o frustrare afectivă, cu sentimendul de insatisfacţie, pe plan afectiv. Sentimentul acesta este o creaţie a mentalului meu, impresia că stomacul meu nu este sătul niciodată sau că îmi doresc mai multă atenţie şi afecţiune. Mă simt obligat să fac foarte multe lucruri, foarte repede. Nu mai am timp să văd toate lucrurile frumoase pe care mi le oferă viaţa. Verific sincer, în interiorul meu, cât de satisfăcut sunt pe plan afectiv. Este vorba despre o percepţie interioară. Dacă sunt femeie, senzaţia de a fi ***umflată*** îmi dă impresia că sunt însărcinată. Îmi doresc, conştient sau nu, să am un copil ?

Accept↓♥ să conştientizez faptul că, viaţa îmi oferă exact ceea ce am nevoie, în prezent. În loc să fiu "mut ca mormântul" şi să îmi fie frică de viitor, îndrăznesc să îmi exprim nevoile. Accept↓♥ "să fiu" o persoană zâmbitoare, să trăiesc cu bucurie, să fiu deschis şi să văd părţile frumoase ale vieţii.

98. BASEDOW (boala lui...) *Vezi: GLANDA TIROIDĂ — BOALA LUI BASEDOW*

99. BAZIN *Vezi şi: ŞOLDURI [AFECŢIUNI ALE...], PELVIS*

Bazinul este partea osoasă care uneşte şi care separă în acelaşi timp, partea inferioară de pareta superioară a scheletului uman. Este la originea tuturor mişcărilor de deplasare, de locomoţie şi de acţiune ale corpului. Simbolizează faptul de a mă simţi în siguranţă şi de **a mă lansa în viaţă**. Bazinul reprezintă **puterea** sub toate formele sale. Este recipientul care primeşte energiile ce alimntează ego-ul. O problemă a bazinului indică frica de a avansa în viaţă. Poate mă agăţ prea mult de trecut. Dat fiind faptul că aceasta este zona corpului în care se manifestă sarcina, este posibil ca afecţiunea mea la **bazin**, să aibă legătură cu propria mea viaţă intrauterină, în care am trăit unele frustrări faţă de părinţii mei, mai ales faţă de mama mea. Este posibil să fi luat asupra mea multe responsabilităţi, recreez acea stare în viaţa mea actuală şi vreau să fiu "mama tuturor". O afecţiune a bazinului poate fi, de asemenea, legată de faptul că, din diverse motive, nu pot primi pe cineva în viaţa mea. Poate fi vorba despre un nou-născut sau cineva cu care aş vrea să locuiesc, dar este imposibil. Există un pericol la adresa siguranţei mele familiale şi a sentimentului meu de independenţă. Bazinul este asociat cu centrul de energie sexuală şi cu plăcerea, sub toate formele ei. Mă privez de senzaţiile plăcute ale vieţii pentru că am impresia că nu le merit. Poate m-am simţit trădat sau cred că am fost păcălit: prin urmare, sunt în defensivă. Dacă am un bazin mare sau foarte mare (cu fese mari), cred, la nivel inconştient, că viaţa sau situaţiile din viaţa mea îmi limitează puterea. Încerc să recuperez acea putere. Încerc să compensez pe plan fizic, blocând, involuntar, toate energiile în acel lor (frică, nesiguranţă, furie, neputinţă). Este important să las energiile să circule mai armonios în corpul meu şi cred sincer că am făcut ceea ce trebuia.

Chiar dacă vreau să îmi recuperez puterea, pot să **conştientizez** şi să accept↓♥, din inimă♥ faptul că nu există nicio altă putere de câştigat, decât cea de pe plan mental. Dacă vreau să eliberez toate aceste energii şi să îmi regăsesc un echilibru energetic, trebuie să mă iubesc aşa cum sunt, să îmi manifest bucuria, încrederea şi credinţa în tot ceea ce fac. Dau la o parte puterea şi las viaţa să circule liber. Pe de altă parte, dacă am dificultăţi legate de bazin, este posibil să subestimez importanţa nevoilor mele fundamentale, precum locuinţa, mâncarea, sexualitatea. Este cazul să reevaluez importanţa pe care o atribui diverselor aspecte din viaţa mea, pentru ca acestea să aibă un fundament solid şi sănătos.

100. BĂŞICĂ *Vezi: CHIST PIELE / [ÎN GENERAL] / [AFECŢIUNI ALE...]*

101. BĂŞICĂ *Vezi: PIELE— BĂŞICI*

102. BĂTĂTURI LA PICIOARE *Vezi: PICIOARE — BĂTĂTURI*

103. BĂTĂTURI *Vezi: PICIOARE — BĂTĂTURI*

104. BĂUTORI DE LAPTE (sindromul...) *Vezi şi: ACIDOZĂ, APATIE*

Sindromul băutorilor de lapte sau al lui **Burnett**[9] provoacă o insuficienţă renală din cauza consumului excesiv de lapte, de calciu şi de alcaline. Este o stare reversibilă, dacă nu mai consum lapte în exces. Încerc să umplu un gol interior, provenit din **iubirea** maternă, pe care nu am simţit-o îndeajuns. Starea de oboseală şi de apatie îmi reaminteşte cât de importantă era acea nevoie pentru mine. Acest lucru nu înseamnă că am avut o mamă care nu mă iubea, ci că eu aveam o nevoie mai mare de afecţiune. O reacţie la această lipsă poate fi o atitudine dominant faţă de mama mea sau faţă de femei, în general. Sau poate încerc să umplu ceva ce consider foarte amar în viaţa mea, deoarece îmi aduce aminte de momente de tandreţe, precum cele din copilărie, petrecute cu mama mea.

Accept↓♥ să am grijă de mine, aşa cum o face o mamă. Accept ↓♥ momentele tandre ale vieţii ştiind că sunt o fiinţă extraordinară care merită tot ceea ce este mai bun.

105. BÂLBÂIALĂ *Vezi şi: GURĂ, GÂT [ÎN GENERAL]*

Bâlbâiala este manifestarea unei tulburări de pronunţie, o dificultate parţială sau gravă de vorbire, de a rosti şi a se exprima clar (cu diverse grade, de la câteva cuvinte întâmplătoare, până la o tulburare constantă). Are legătură cu gâtul, cu centrul comunicării şi al exprimării de sine. Este posibil ca **bâlbâiala** să provină dintr-un blocaj afectiv sau sexual, care provine din copilărie. Acest lucru nu înseamnă neapărat că am trăit un abuz, ci poate, am înregistrat o frică, conştientă sau nu, legată de sexualitatea mea, în relaţie cu o persoană sau un eveniment. Este o formă de **nesiguranţă puternică**, provenită din copilărie, care este legată de frica faţă de un părinte (mama sau tata), de obicei persoana care reprezintă autoritatea şi care se manifestă în prezenţa celuilalt părinte. Este o formă de refulare, o incapacitate de a-mi stăpâni adecvat gândurile şi emoţiile şi tentativa eşuată de a-mi controla exprimarea limbajului meu, care nu mai este spontan (acest tip de discurs poate apărea foarte devreme în copilărie, dacă am fost ridiculizat cu privire la plâns: *"Nu plânge !")* Sau poate fi vorba despre o traumă trăită atunci când am fost împiedicat să fac ceva. Acea emoţie se transformă în bâlbâială. Ezit, nu reuşesc să spun clar ceea ce simt, îmi refulez şi deformez cuvintele, din teama de respingere sau din anxietate. *Dacă spun clar ceea ce trăiesc, oare părinţii mei vor accepta ? Sunt destul de bun pentru ei ? Răspund aşteptărilor lor ? Îmi dau voie să fiu ceea ce sunt ? Cuvintele mele îmi depăşesc gândurile ?* Există şanse ca părinţii mei (sau unul dintre ei) să fie foarte autoritari şi dominatori şi să nu mă lase să fac ce vreau eu. Mă simt judecat, controlat, criticat şi chiar ridiculizat, în aşa fel încât ajung să cred că vorbele mele nu valorează nimic. Dacă sunt copil, este posibil să fi fost împiedicat să mă exprim sau forţat să vorbesc, atunci când nu voiam să fac acest lucru. Îmi este teamă să trădez pe cineva, dacă îmi dezvălui secretul ? Ce nu vreau să spun ? Şi dacă îndrăznesc să spun acel lucru, o să suport consecinţele ? Dacă am fost într-o situaţie în care îmi era foarte frică şi nu am putut să ţip, stresul trăit s-a cristalizat prin bâlbâială. Cuvintele mele sunt "îngheţate" şi nu se mai pot exterioriza normal. Dacă am crescut într-un mediu în care legea tăcerii este de aur (cu multe lucruri nespuse şi secrete) acest lucru cântăreşte greu şi trebuie să aştept un moment, înainte de a vorbi, pentru a mă asigura că "nu încalc o lege". Îmi exprim tot soiul de tulburări de comportament, de la timiditate la retragerea în mine. Am impresia că trăiesc într-o închisoare în care este greu să respir. Îmi caut puterea şi nu o văd decât la ceilalţi. Lumea din jurul meu este ostilă, prin urmare, cum aş putea să îmi găsesc locul, dacă mă exprim liber ? Este posibil să fi trăit multă cu privire faţă de limba pe care am folosit-o când eram copil. De exemplu, dacă vorbeam mai mult de o limbă în familie şi exista un soi de competiţie pentru a şti care dintre ele predomină, mi-am format o nesiguranţă faţă de cuvintele folosite şi această ezitare se manifestă prin pauzele de timp pe care le las între cuvinte. Îmi este foarte greu să îmi exprim sentimentele sau nevoile. Am impresia că "cerşesc" atenţia sau aprobarea celorlalţi.

Primul pas este să accept↓♥ să fiu deschis la nivelul inimii♥, în gândurile mele, în cuvintele mele, în acţiunile mele şi, mai ales în emoţiile şi în dorinţele mele. Este important să îmi acord un răgaz şi să îmi respect ritmul, "viteza de a fi". Mă respect aşa cum sunt, fără să mă judesc sau să mă critic. Accept↓♥ să îmi exprim ideile, bucuriile, fricile. Sunt tot mai activ şi îmi afirm dorinţele.

Încep să am încredere în mine, să îmi simt emoţiile, sentimentele şi să fiu deschis faţă de cei pe care îi iubesc. Astfel, îmi regăsesc pacea interioară, care mă ajută să mă exprim cu mai multă siguranţă. Pot să nu mă mai bâlbâi, să evit învălmăşeala de cuvinte din cauza unui spirit prea active, sau reţinerea unor cuvinte pentru că îmi este frică de consecinţe. Reintru în contact cu adevărata mea natură şi las să circule **iubirea** în mine. Simt o pace interioară şi acceptarea↓♥ întregii mele fiinţe îi va face şi pe ceilalţi să mă accepte aşa cum sunt↓♥.

106. BÂZÂIT ÎN URECHI *Vezi: URECHI — BÂZÂIT ÎN URECHI*

107. BEŢIE *Vezi: ALCOOLISM*

108. BILIARI (calculi...) *Vezi: CALCULI BILIARI*

109. BOALA BAISER *Vezi: MONONUCLEOZA INFECŢIOASĂ*

---

[9] **Burnett** (Sir Frank MacFarlane) (1899—1985): profesor australian, imunolog şi virusolog, laureat al Premiului Nobel pentru descoperirea toleranţei imunologice dobândite

110. BOALA CĂRNII TOCATE, SINDROMUL BARBEQUE

Este o inflamaţie a colonului cauzată de bacteria E.Coli, prezentă în tubul digestiv al animalelor. Persoanele infectate sunt de asemenea purtătoare ale bolii. Mă încăpăţânez să rămân într-o situaţie unde nu am motiv să mai rămân.

Îmi iau timp să reflectez ce mă irită foarte tare şi accept↓♥ să-mi revizuiesc comportamentele şi atitudinea. Încetez să-i atac pe ceilalţi prin sarcasm, reînvăţ să "gust" viaţa.

111. BOALA BECHTEREWS

Este o durere reumatismală apărută după un traumatism. Este rezultatul unei rigidităţi şi a unei lipse de supleţe în maniera de a gândi. Ego-ul meu ocupă prea mult loc în existenţa mea.

Este nevoie să accept↓♥, în iubire, să fiu mai flexibil faţă de mine şi de ceilalţi, să am încredere în toate situaţiile de viaţă.

112. BOALA HANSEN *Vezi: LEPRA*

113. BOALA IMUNITARĂ Vezi: SISTEM IMUNITAR

114. BOALA LA COPIL *Vezi şi: BOLILE COPILĂRIEI*

În general, se referă la afecţiunile descrise în dicţionar. În plus, dacă sunt copil şi sufăr de o maladie, este foarte posibil ca exprimarea maladiei să aibă legătură cu starea de rău interior a unuia dintre părinţii mei. Sensibilitatea mea foarte mare mă conectează la realitatea interioară părinţilor mei.

Accept ↓ ♥ că părinţii mei nu sunt vinovaţi de ceea ce trăiesc eu.

115. BOALA LUI ADDISON *Vezi şi: GLANDE SUPRARENALE*

Insuficienta secreţie de cortizol prin glandele suprarenale generează această maladie. Este o formă de decepţie vis a vis de tine insuţi. Este o stare extremă de subalimentare emoţională şi spirituală. A avea această boală poate semnifica faptul că am trăit multă supunere în copilărie faţă de unul din părinţi sau faţă de ambii. Poate m-am simţit agresat fizic, poate am trăit un traumatism ce putea să-mi pună viaţa în pericol. Această stare m-a făcut să trăiesc o mare nesiguranţă în ceea ce priveşte viitorul meu, să mă îndoiesc profund de capacităţile mele. Această maladie se distinge printr-o atitudine extreme de defetistă, prin absenţa oricărui interes faţă de mine însămi sau faţă de cei din jur. Adesea compensez decepţiile prin dependenţa de o substanţă sau alta ori de persoană. Mă consider victimă, trăiesc furie împotriva mea, nu pot primi iubirea celorlalţi. Trăiesc multă anxietate şi antipatie.

Accept↓♥ să-mi găsesc locul, să merg înainte, să găsesc energia necesară pentru a-mi atinge obiectivele fără a aştepta aprobarea şi consimţământul celor din jur. Găsesc o metodă pentru a mă conecta la interiorul meu care are resurse nelimitate. Îmi pot găsi forţa de a-mi conduce viaţa.

116. BOALA LUI BOUILARD *Vezi: REUMATISM*

117. BOALA LUI DUPUYTREN *Vezi: MÂINI- BOALA LUI DUPYTREN*

118. BOALA LUI FRIEDREICH *Vezi: ATAXIA FRIEDEICH*

119. BOALA LUI HODGKIN *Vezi: HODGKIN*

120. BOALA LUI MENIERE *Vezi: MENIERE*

121. BOALA LUI PARKINSON *Vezi: CREIER-PARKINSON*

122. BOALA LUI RAYNAUD *Vezi: RAYNAUD*

123. BOALĂ

Omul este făcut pentru a fi sănătos, dar el este fără încetare confruntat cu probleme de funcţionare a corpului, emoţiilor, gândurilor. Spiritul şi corpul omului sunt inseparabile. Când sănătatea unei fiinţe umane este afectată, vorbim de boală. Există o dizarmonie, o stare conflictuală pe care corpul caută să o exprime. Când o disfuncţionalitate se instalează, este bine să o interpretăm ca pe ceva neexprimat. Maladia implică o cauză, simptome, semne clinice, evoluţie, tratament. A fi bolnav nu este rodul hazardului, este un semn că corpul meu mă informează că există un confict sau un traumatism pe care îl trăiesc, în raport cu mine însumi sau cu mediul înconjurator.

Accept↓♥ să descifrez acest mesaj, să îl înţeleg şi să fac ceea ce am de făcut pentru a mă armoniza şi a-mi regăsi sănătatea cât mai rapid. Este nevoie să-mi schimb maniera de a trăi sau de a gândi, căci adevărata vindecare se află în primul rând în Mine.

124. BOALĂ CRONICĂ *Vezi: CRONIC*

125. BOALĂ IMAGINARĂ *Vezi şi: IPOHONDRIA*

Gândesc că sunt bolnav fără să fiu în realitate. Am nevoie de iubire şi de atenţie. Mi se pare că nimeni nu se ocupă de mine şi doresc să schimb această situaţie. Cum să fac asta? Inventez o boală!

Accept ↓ ♥că această aşa-zisă boală manifestă un rău al fiinţei, o rană emoţională negestionată. În loc să trăiesc în imaginar, încep să aduc schimbările necesare în viaţa mea, am încredere în corpul meu şi celebrez viaţa.

126. BOALĂ INCURABILĂ

Prin "incurabil" înţeleg că nu poate fi vindecat prin nicio formă de medicină. Este nevoie să caut înlăuntrul meu pentru a găsi cauza profundă a acestui rău- frica, mania, gelozia, disperarea? Am impresia că există în viaţa mea o situaţie care cred că este imposibil să se schimbe.

Accept ↓ ♥că iubirea curge liber prin mine, căci doar iubirea mă poate vindeca.

127. BOALĂ INFANTILĂ *Vezi: BOLI ALE COPILĂRIEI*

128. BOALĂ KARMICĂ

Vin pe pământ ca să evoluez. Am experiențe de trăit pentru a ajunge la o transformare interioară. Dacă vin pe lume cu o infirmitate, înseamnă adesea că lucrurile nu au fost reglate în viețile anterioare.

Accept ↓ ♥ să trăiesc experiența respectivă - acesta este primul pas spre vindecarea fizică și emoțională.

129. BOALĂ MENTALĂ *Vezi: NEBUNIE, NEVROZĂ, PSIHOZĂ*

130. BOALĂ PSIHOSOMATICĂ

Cuvântul "psihosomatic" indică raportul ce poate exista între spirit(psyho) și corp(soma). TOATE BOLILE APAR CA URMARE A UNUI CONFLICT, ȘOC EMOȚIONAL SAU TRAUMATISM CONȘTIENT SAU INCONȘTIENT. Creierul declanșează un mecanism de supraviețuire biologică în raport cu conflictul sau traumatismul trăit. Este vorba apoi de a putea decodifica mesajul pentru a putea modifica programul pe care creierul l-a creat pentru a se restabili starea de sănătate.

Știind acest lucru, accept ↓ ♥ să am grijă de corpul meu fizic pentru a avea o sănătate mai bună.

131. BOALA SOMNULUI Vezi: NARCOLEPSIE

132. BOALĂ TRANSMISĂ SEXUAL *Vezi: VENERICĂ (BOALA...)*

133. BOALA VACII NEBUNE Vezi: CREIER- CREUTZFELD-JAKOB

134. BOALĂ VENERICĂ *Vezi: VENERICĂ*

135. BOLI AUTO-IMUNE *Vezi și: SISTEM IMUNITAR*

O boală auto-imună se caracterizează prin faptul că sistemul meu imunitar agresează organismul meu. În acest caz, am impresia că viața mea este goală și că nu merită trăită. Mă devalorizez și mă culpabilizez pentru anumite erori comise în trecut. Există anumite lucruri în personalitatea sau în fizicul meu, pe care le detest, nu le pot suporta. Iau adesea decizii în funcție de așteptările altora. Nu consider că merit să fiu fericit. Gândurile, stările, emoțiile mele, credințele negative îmi atacă corpul, mă autodistrug.

Accept↓♥ să primesc fiecare parte a ființei mele în deschidere și iubire necondiționată. Mă detașez de așteptările și valorile societății pentru a-mi putea construi propriile puncte de referință. Încetez orice formă de agresiune împotriva Ființei care sunt. Mă conectez cu puterea mea de creație și de vindecare care hrănește și întărește imunitatea mea naturală.

136. BOLI EREDITARE *Vezi și: INFIRMITĂȚI CONGENITALE*

În sens medical, **maladiile ereditare** se transmit prin genele provenind din celulele reproductive ale unuia sau ambilor părinți. În fapt, dacă vorbim de ereditate, ne referim la gândurile, emoțiile sau conflictele interioare ale părinților sau bunicilor, care nu au fost reglate. Depildă, spun că diabetul este ereditar în familie pentru că l-a avut și bunicul și tatăl meu și eu, dar și tristețea poate fi ereditară, dacă a trăit-o și bunicul și tatăl și eu.

Accept↓♥ responsabilitatea pentru emoțiile mele. Deschizând poarta posibilității de vindecare fizică urmare a vindecării emoționale, conștientizez că totul este posibil !

137. BOLILE COPILĂRIEI (ÎN GENERAL) *Vezi și: BOALA LA COPIL*

Rubela, rujeola, tusea măgărescă, oreionul, scarlatina, varicela, toate **bolile caracteristice copilăriei** coincid în mod obișnuit cu perioadele de evoluție ale copilului. Dacă sunt copil, aceste boli survin adesea în timpul unor dificultăți școlare și pentru că sunt neliniștit cu privire la o anumită situație. Dacă simt tensiune sau conflict între părinții mei sau între persoane dragi mie, devin mai vulnerabil în fața unei boli a copilăriei. Când apar aceste boli, îmi dezvolt sistetmul imunitar, care reprezintă capacitatea mea de adaptare și de a intra în relații cu ceilalți. Dacă sunt părinte, dând copilui tandrețe, afecțiune, atenție, asta îi va permite să capete forță, să înainteze în viață cu mai multă încredere. Adultul care este afectat de o **boală a copilăriei** are o situație nereglată încă din copilăria sa.

Accept ↓ ♥ să îmi reglez sentimentele care vin din copilăria mea, pentru a evolua .

138. BOLILE COPILĂRIEI –RUBEOLĂ

Rubeola este o maladie virală contagioasă, epidemic, responsabilă de o erupție de pete roșii cutanate cu diferite aspecte. Gravitatea sa rezidă în riscul de avort sau anomalii ale fetusului, dacă apare la o femeie însărcinată. Cauza subtilă este asemănătoare celei a rujeolei, am trăit o separare neașteptată, pe care o trăiesc ca pe o nedreptate.

Accept↓♥ să-mi dezvolt sistemul imunitar și, conștient de valoarea mea, să încep să mă afirm ca ceea ce sunt.

139. BOLILE COPILĂRIEI- RUJEOLĂ

Rujeola este o boală virală, contagioasă, epidemică, responsabilă de o erupție febrilă de pete roșii cutanate, precedată de o rino-faringită. Survine adesea după un eveniment când am trăit o separare la care nu mă așteptam. Sunt în stare de șoc, căci ceea ce mi se întâmplă este surprinzător. Mă simt vulnerabil, nefiind conștient de valoarea mea. Mi-e teamă să fiu spontan, inacțiunea mă protejează într-o anumită măsură.

Accept↓♥ să nu mai trăiesc în anonimat, să îmi las spațiul necesar pentru a-mi descoperi limitele și capacitățile, îmi ascult vocea interioară pentru a ști ce este cel mai bine pentru mine.

140. BOLILE COPILARIEI- SCARLATINA

Scarlatina este o febră eruptivă cu debut brusc - frison violent, angină, cefalee, o erupţie pe mucoasele bucale şi faringiene, apoi o erupţie generalizată. Mă simt angoasat, într-o stare de incertitudine şi nesiguranţă. Faptul că sunt mai apropiat faţă de unul din părinţi mă face să simt că îl trădez pe celălalt. Mi-e teamă că voi fi pedepsit. Febra exprimă un foc latent, prezent constant în interiorul meu.

Accept ↓ ♥ să îmi exprim sentimentele, având încredere că părinţii mei mă vor accepta cu tot ce sunt şi cu tot ce simt.

141. BOLILE COPILĂRIEI – TUSEA MĂGĂREASCĂ

Tusea măgărească este o boală infecţioasă, contagioasă, epidemic, caracterizată prin accese de tuse spasmodic. Ea atinge mai ales copii sub 5 ani şi există un risc de asfixie dacă accesul de tuse se produce în timp ce copilul manâncă. Dacă am **tuse măgărească**, am impresia că moartea dă târcoale prin preajma mea sau a părinţilor mei. Moartea se poate manifesta şi printr-o separare, mai ales dacă sunt într.o relaţie dificilă. Mă pot simţi sufocat, încarcerat, neputincios. Joc rolul "baiatului bun" sau al "fetiţei bune" în loc să fiu eu însumi.

Accept ↓ ♥să intru în contact cu emoţiile mele şi să fiu autentic. Privirea celorlaţi nu mă afectează, pot lăsa măştile deoparte. Delimitându-mi spaţiul vital, pot respira liniştit.

142. BOLILE COPILĂRIEI- VARICELA

Varicela este o boală infecţioasă, contagioasă, de regulă benignă, caracterizată printr-o erupţie de vezicule care se umplu şi se usucă în câteva zile. Apare între 2-10 ani. Sunt foarte influenţabil şi afectat de ceea ce se petrece în jurul meu. Reacţionez la schimbări, fiind foarte sensibil. Varicela apare dacă simt că aceste schimbări pot mări distanţa afectivă dintre mine şi acel părinte care este foarte important pentru mine.

Accept↓♥ că viaţa presupune o multitudine de schimbări la care trebuie să mă adaptez. Îmi pot exprima frustrările şi opinia - aceasta face parte din procesul de a deveni autonom. Îmi dau dreptul să pun părintelui respectiv întrebările necesare pentru ca eu să înţeleg mai bine situaţia.

143. BOUILLAUD (boala lui...) *Vezi: REUMATISM*

144. BRADICARDIE *Vezi: INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ*

145. BRAŢE (în general)

Braţul este partea membrelor superioare, curprinsă între umăr şi cot, formată din osul **humerus.** Braţele exprimă uşurinţa mea de a îmbrăţişa viaţa, de a primi şi de a da, **capacitatea mea de a primi noile experienţe ale vieţii** şi de a acţiona. Le folosesc pentru a strânge şi a atinge, pentru a-mi exprima creativitatea, potenţialul de acţiune şi **iubirea.** Pot intra în contact cu oamenii, mă pot apropia de ei şi îi pot primi în universul meu. Astfel, le arăt că îi iubesc, cu bucurie şi armonie. Pentru ei, acţionez, muncesc sau îmi îndeplinesc obligaţiile. **Braţele** mele comunică şi exprimă atitudinile şi sentimentele mele interioare. **Braţele** sunt foarte aproape de inimă♥ şi sunt legate de ea. Astfel, oamenii simt iubirea şi energia care emană din inima mea, atunci când sunt deschis. Fiecare mână conţine un centru de energie, situat în palmă, care reprezintă unul dintre cei douăzeci şi unu de centri de energie mică (sau chakre). Cei doi centri de energie din mâini sunt direct legat de inimă♥. Braţele devin astfel o extensie a inimii şi conduc **iubirea** pe plan fizic şi energetic. **Braţele** mă ajută să mă apăr şi să mă protejez împotriva atacurilor din exterior. De aceea, atunci când încrucişez braţele, mă apăr, instinctiv, mă închid în faţa unor emoţii, care nu îmi convin.

Dacă îmi deschid inima♥ şi braţele, accept↓♥ o deschidere spre viaţă şi sunt în măsură să dau şi să primesc într-un mod pozitv.

146. BRAŢE (afecţiuni la...)

Afecţiunile braţelor au legătură cu dificultatea mea de a gestiona şi de a-mi manifesta **iubirea** în ceea ce fac, în munca mea sau în acţiunile cotidiene. Exprimă un blocaj de energie, o reţinere, care mă împiedică să fac ceva pentru mine sau pentru altcineva. O afecţiune poate proveni dintr-o situaţie pe care o trăiesc şi care exprimă o suferinţă legată de interdicţii sau de faptul de a fi judecat în trecut, mai ales de către părinţii mei. Vreau să înlănţui ceva sau pe cineva cu braţele mele, sau "să îl strâng cu toată puterea" pentru a avea un anumit control. Sau, din contră, poate am fost nevoit să las să plece persoane dragi, iar acum nu le mai pot apăra (ca o pasăre care îşi protejează puii sub aripă). Trăiesc un conflict faţă de o persoană pe care o consider "braţul meu drept". Sau trăiesc o situaţie în care am fost trădat, m-am simţit lovit în plin. Pot simţi o **rigiditate musculară**, o **durere** sau o căldură în braţ (**inflamaţie**). **Braţele** mele devin mai puţin mobile şi mai tensionate, articulaţiile mele (umeri, coate) sunt mai dureroase. Ştiu că braţele au rolul de a primi situaţiile noi şi experienţele noi din viaţa mea. poate am o reacţie faţă de o situaţie nouă ; munca mea nu mi se mai pare motivantă ; sunt descurajat, frustrat sau iritat deoarece nu mai reuşesc să mă exprim convenabil sau pentru că am o dificultate în a realiza un proiect. O situaţie pe care o consider "un eşec" se poate manifesta printr-o **durere** sau o **fractură** a braţului. Vreau să "cobor braţele" din cauza neputinţei mele. **Oasele** braţelor sunt afectate, în general, atunci când nu mai fac la fel de bine ca înainte, o activitate profesională sau sportive, în care excelam. Nu reuşesc să îi îmbrăţişesc pe cei pe care îi iubesc; refuz să recunosc că m-am săturat peste cap de o situaţie, care este nocivă pentru mine. Îmi distruge viaţa! Trebuie să "sparg rutina", iar dacă nu vreau să văd ceea ce trebuie să schimb în viaţa mea, este posibil să am o **fractură** sau să îmi rup un braţ, pentru a înţelege. În general, durerea de braţe înseamnă faptul că iau prea multe asupra mea. Sau, poate fi vorba despre ceva ce refuz, de care nu vreau să mă ocup. Pot să ajung chiar să resping fizic sau emoţional o situaţie sau o persoană, care mă deranjează. Creez astfel un spaţiu care mă va ajuta să mă simt în siguranţă şi sub control. Poate nu mai vreau să comunic cu ceilalţi, la nivelul inimii♥, nu am încredere în capacitățile mele de a realiza ceva. Mi se pare greu să merg mai departe în viață. Așadar, în loc să întind brațele, asemenea unui copil, pentru a fi alintat, mângâiat, îmbrățișat în relație cu cei dragi, mai ales mama și tata, resping universul din jurul meu. Mă închid în mine și încrucișez brațele, pentru a mă proteja mai bine. Trăiesc o dualitate între a accepta ca ceilalți să vină spre mine sau a refuza să mă apropii de ei: vreau să îi resping. Poate fi vorba despre o persoană pe care o consider negativă, care nu corespunde valorilor mele; sau de ceva pozitiv (abundență), ceva ce refuz, deoarece am impresia că nu merit. **Durerile** sunt o formă inconștientă de a-mi exprima suferința. Poate este cazul să renunț, să "dau drumul" unei situații sau unei persoane, pe care vreau să o rețin cu orice preț. O durere la brațul drept poate indica o problemă legată de autoritate, iar cea la brațul stâng, indică un conflict cu privire la exprimarea iubirii și a generozității mele. Bărbații au o tendință naturală de a-și dezvolta mușchii brațelor, care sunt un simbol de forță și de putere și opoziția lor de a exprima energia inimii♥ și latura lor blândă. Brațele foarte subțiri și slabe indică o timiditate în exprimarea emoțiilor și o rezistență în a lăsa energia să curgă. Am o reținere de a mă lăsa purtat de curentul vieții și de a profita la maxim de ea. Brațele semnifică mai mult exprimarea interioară.

Antebrațele mele sunt legate de exprimarea exterioară, de "a face". Este începutul realizării unei dorințe și este cazul să acționez. Partea interioară a antebrațelor, indică sensibilitatea mea și faptul că pot ezita înainte de a mă exprima fizic în Univers sau de a alege felul în care îmi voi realiza proiectele. Poate este cazul să îmi schimb obiceiurile sau felul de a acționa, dar îmi este foarte greu din cauza rigidității mele, astfel încât și antebrațele mele vor înțepeni. Mă implic cu adevărat pentru a merge înainte în viață ? Cât de deschis sunt față de ceilalți și față de mine ? Am impresia că îmi este greu să "îmbrățișez" anumite situații sau perosoane din jurul meu ? Cât de frică îmi este să mă apropii de oameni ? Există o situație care mă deranjează atât de tare încât simt că explodez. Dacă nu îndrăznesc să mă afirm de frica consecințelor, risc să am o fractură de antebraț. Grăsimea de pe brațe este aproape de inimă♥. Atunci când este în exces, există o emoție pe care o păstrez secretă, o frică de a-mi exprima **iubirea**. Când brațele sunt slabe, mă întreb dacă sunt capabil să accept↓♥ iubirea celorlalți sau am tendința să mă izolez ? În ambele cazuri, există ceva de revizuit în felul meu de a da sau de primi afcețiune. Rețin prea mult, ca să nu îmi scape nimic ? Fac mult mai mult decât este nevoie pentru a fi iubit. Vreau să îi protejez pe ceilalți sau mă simt eu însumi în pericol ?

O **iritație cutanată** la nivelul brațului este legată de o frustrare sau de o iritare cu privire la ceea ce fac sau nu fac, în modul de a mă exprima sau în tot ceea ce mi se întâplă ca urmare a intervenției celorlalți. **Brațele cu contuzii**, indică cât de sever sunt cu mine sau cât de severi cred că sunt ceilalți cu mine.

Accept↓♥ să exprim mai multă iubire în ceea ce fac, să mă implic mai mult, să fiu deschis și să am încredere în ceilalți, să strâng în brațe cu dragoste, oamenii pe care îi iubesc. Acțiunea de a îmbrățișa pe cineva este, de multe ori terapeutică. Îmi respect calitățile de comunicare, de tandrețe și de deschidere. Îmi concentrez atenția pe activitățile interesant. Mă obișnuiesc să văd părțile bune în orice situație. Fac acest lucru, realizând faptul că este minunat, că îmi este mai bine decât credeam. Am nevoie să îmi schimb ideile. Merg înainte, lăsând la o parte ceea ce nu este bun pentru mine și primesc tot ceea ce este mai bun de la viață. Accept↓♥ viața, cu brațele deschise !

147. BRIGHT (boala lui...) *Vezi și: RINICHI [PROBLEME RENALE]*

Boala lui Bright este numită și **nefrită cronică.** Este o inflamație gravă a rinichilor, însoțită de edem (reținere de apă în organism) și de o insuficiență urinară.

De obicei, rinichii se deteriorează destul de repede cu această boală. Este mult mai gravă decât alte boli de rinichi. În acest caz sufăr și trăiesc o frustrare sau de decepție atât de puternică, față de o situație în care am un sentiment de pierdere, pentru că îmi consider viața un eșec total (rinichii sunt sediul fricii). Îmi este teamă că nu sunt destul de inteligent.

Accept↓♥ faptul că fiu unic și că fac mereu tot ce știu eu mai bine. **Conștientizez** faptul că este necesară o deschidere a **inimii♥** dacă vreau să am o schimbare de atitudine, pentru a vindeca această stare.

148. BRONHII (în general) *Vezi și: PLĂMÂNI*

Bronhiile sunt conductele prin care intră aerul în plămâni. Reprezintă viața. O afecțiune a bronhiilor indică, de obicei, faptul că mi-am pierdut motivația de a trăi și bucuria de a trăi. Bronhiile reprezintă spațiul meu vital, delimitările mele, teritoriul meu, mai ales cel legat de cuplu, de familie sau de mediul profesional. Dacă am impresia că îmi voi pierde teritoriul sau că cineva s-a agățat de ele, nesiguranța mea va declanșa o afecțiune a bronhiilor. Frica se poate manifesta când există altercații sau certuri ce pot duce la conflicte.

Am impresia că există un pericol iminent. Vreau să par puternic și sufăr fără să arăt acest lucru. Simt că nu am aer, că mă asfixiez, că mă pierd. Simt că mă sufocă ceilalți. Am tendința de a-i invidia pe ceilalți. Îmi fac griji pentru ceea ce cred ceilalți despre mine. Nu suport să mă gândesc la ce vor spune ceilalți, pentru că îmi este teamă că vor râde de mine sau că voi fi jignit, calomniat. Aș vrea să îi impresionez pe ceilalți, să îi intimidez, asemenea unei gorile care se bate cu pumnii în piept. De multe ori este vorba despre relația de cuplu care se află în pericol. În cazul unui bărbat, poate fi vorba despre planul profesional, de exemplu frica de a fi dat afară, iar în cazul unei femei, este vorba despre familie, de exemplu un copil bolnav.

Accept↓♥ să am încredere în mine ; știu că, dacă îmi delimitez clar teritoriul și îi fac pe ceilalți să îl respecte și îmi respect drepturile, nimeni nu mă va putea "invada" pentru că spațiul fiecăruia va fi delimitat și fiecare va putea trăi în respect și în armonie. Verific ce persoană sau ce situație este asociată cu durerea mea și ce trebuie să fac pentru a schimba situația. Este important să creez situații plinde de bucurie și de relaxare.

149. BRONHII — BRONȘITĂ *Vezi şi: PLĂMÂNI [AFECŢIUNI LA...]*

Bronşita (ită=furie) se caracterizează prin inflamaţia mucoasei bronhiilor, conductele care merg de la trahee până la plămâni. Este o boală legată direct de respiraţie şi de acţiunea de a lua aer şi viaţă (inspiraţia) cu dorinţa de a elimina apoi, temporar, aerul, cu detaşare (expiraţia). Inflamaţia indică faptul că trăiesc o furie sau o frustrare cu privire la emoţiile refulate, la cuvintele de care am nevoie pentru a exprima şi a lăsa să iasă afară o situaţie sufocantă, în care mă simt blocat, un conflict plin de agresivitate şi de critici (o tulburare în familie, certuri etc.) Poate fi vorba despre atmosfera tensionată, plină de certuri şi minciuni, din familie. Simt că libertatea mea este distrusă. Nu mai pot respira. Nu mai am încredere în ceilalţi. Vreau să fiu lângă oamenii pe care îi iubesc, dar în acelaşi timp mă sufoc, ceea ce îmi provoacă o disperare interioară. Dacă acel conflict implică certuri şi înfruntări foarte intense, este posibil chiar să ajung să am un cancer de bronhii, forma obişnuită a cancerului de plămâni. Există o tulburare interioară, o perturbare care mă împiedică să îmi manifest fiinţa adevărată, să îmi respect drepturile. Încerc să comunic cu cei apropiaţi, dar nu îmi găsesc liniştea interioară. Mă simt de parcă viaţa mă face să trăiesc rupt de cineva, de obicei, este vorba despre mama mea. Situaţia din familia mea este prea grea. Simt o descurajare faţă de viaţă şi nu mai lupt pentru a merge mai departe. Mi-am pierdut bucuria de trăi şi simt o slăbiciune şi o insatisfacţie interioară. vreau să fiu independent, dar trăiesc o mare nesiguranţă. Care sunt limitele mele ? Situaţia mea este de nesuportat: sentimentul meu de neputinţă, suferinţa mea interioară mă fac să mă opun pulsiunilor inimii. ♥ Tusea indică faptul că vreau să mă eliberez şi resping ceva sau pe cineva care mă deranjează şi mă înfurie. Dacă sunt copil, pot simţi o nesiguranţă şi o angoasă legate de ceea ce se întâmplă în familie. Resimt puternic supărarea părinţilor mei, furia lor reprimată şi am impresia că trebuie să suport toate aceste lucruri, fiind prea mic pentru a mă detaşa de ceea ce se întâmplă. Mă simt sub influenţa părinţilor mei, trăiesc într-o închisoare emoţională. Dacă nu vreau să fac o **bronşită acută**, va trebui să îmi schimb atitudinea. M-am născut într-o familie în care, fiecare membru a trăit aceleaşi experiente ca mine. Părinţii mei, fraţii şi surorile mele au de învăţat şi ei aceeaşi lecţie.

Accept↓♥ să văd bucuria şi **iubirea** în fiecare experienţă din viaţa mea. Accept↓♥ faptul că fericirea mea este responsabilitatea mea şi încetez să mai cred că ceilalţi sunt cei care mă fac fericit. Dacă iau propriile decizii şi respire prin propriile mijloace, am făcut primii paşi spre mai multă libertate.

150. BRONHOPNEUMONIE *Vezi şi: PLĂMÂNI [AFECŢIUNI ALE...]*

Bronhopneumonia este inflamaţia respiratorie care afectează bronhiolele şi alveolele pulmonare. Are legătură cu viaţa, cu faptul că mă simt diminuat şi limitat de viaţa însăşi. O consider nedreaptă cu mine şi mă irită acest lucru. Am impresia că nu respir din plin şi am acumulat tristeţe şi am o furie împotriva vieţii. Sunt iritat de o situaţie pe care o trăiesc şi în care refuz să îmi asum responsabilităţile. Această infecţie este mai gravă decât o bronşită simplă sau o pneumonie deoarece durerea interioară este mai profundă.

Accept↓♥ să respir viaţa altfel şi cu o atitudine diferită, plină de **iubire** şi de bucurie.

151. BRUXISM *Vezi: DINŢI [SCRÂŞNIT DIN DINŢI...]*

152. BTS (BOLI TRANSMISIBILE SEXUAL) *Vezi: VENERICE (BOLI.)*

153. BUCAL (herpes...) *Vezi: HERPES [...BUCAL]*

154. BUERGER[10] (boala lui...) *Vezi şi: BRAŢ, FUMAT, INFLAMAŢIE, PICIOARE, SÂNGE — CIRCULAŢIE SANGUINĂ*

Boala lui **Buerger sau tromboangeita obliterantă** este o boală care implică obstrucţia circulaţiei sângelui în braţe şi picioare, cauzată de o inflamaţie a peretelui vaselor de sânge. Afectează mai ales arterele, dar poate afecta şi venele. Evoluează spre leziuni cutanate şi amputări prin tromboză. Este o boală foarte rară şi poate fi mortală, în câteva luni. Este o boală genetică, care afectează mai ales persoane din Europa centrală şi fumătorii. Factorii iritanţi din ţigară sunt cei care determină, de obicei apariţia bolii. În acest caz, corpul îmi indică faptul că încerc să fiu insensibil faţă de situaţiile din viaţa mea (când sunt afectate braţele) şi insensibil faţă de evenimentele din viitor (când este vorba despre picioare). Vreau să îl protejez peu nul dintre părinţii mei, de obicei, mama, de suferinţa provocată de anumite comportamente ale partenerului său.

Accept↓♥ să iau în considerare mesajul transmis de corpul meu şi accept↓♥ "să văd mai clar în viaţa mea". Dacă mă las de fumat, mă voi simţi mai bine.

155. BUFEURI DE CĂLDURĂ *Vezi: MENOPAUZĂ*

156. BURNETT (sindromul lui...) *Vezi: BĂUTORI DE LAPTE [SINDROMUL...]*

157. BURNOUT SAU EPUIZARE *Vezi şi: ASTENIE NERVOASĂ, DEPRESIE*

Burnout se manifestă mai ales după abandonul unei lupte prin care voiam să îmi exprim un ideal, dar nu am reuşit. Timpul şi energia consacrate acelui ideal sunt atât de importante încât mă simt foarte epuizat şi mă îmbolnăvesc. Simt un gol interior profund, deoarece refuz o situaţie în care vreau să văd o schimbare adevărată, concretă şi durabilă, fie la muncă, fie în familie sau în relaţia de cuplu. Sunt foarte perfecţionist şi devotat, vreau să îmi ating idealul. Sau poate există o parte din mine pe care nu o accept. Am impresia că mă lupt cu toată lumea, pentru că mi se pare că aceasta funcţionează contrar aşteptărilor şi convingerilor mele profunde. Este ca şi cum aş vedea o minciună, o ignoranţă şi o delăsare colectivă, care îmi afectează valorile fundamentale.
De ce să merg mai departe? Renunţ, pentru că este prea greu pentru mine.

---

[10] **Boala lui Buerger:** boala lui Léo Buerger, după numele primului medic care a descris-o

Burnout apare frecvent la profesori şi la infirmiere, ca o reacţie faţă de mediul de lucru.

Există un sentiment de neputinţă faţă de realizarea unui ideal. Este o formă de compulsie, pentru că vreau cu orice preţ să schimb sistemul, cu ao atitudine mai adaptată şa timpul actual. În acelaşi timp, este posibil să am o dificultate de adaptare la noile tehnologii, pe care le consider agresive. Dacă am impresia că vreau să salvez lumea, trebuie să îmi verific atitudinea, începând de acum. **Burnout** este în acelaşi timp o afecţiune, prin care fug de ceva. Mă pot întreba: "De ce anume vreau să fug, prin faptul că muncesc peste limitele mele ?" Îmi este teamă să fiu singur cu mine însumi ? Sau am nevoie de un motiv, pentru a nu mai fi în relaţie cu un partener, care mi-a devenit insuportabil ?

Ce încerc să demonstrez, în timp ce fug de frica de eşec ? Nevoia mea de a fi recunoscut şi frica mea de a fi criticat mă împing să muncesc tot mai multă, până când ajung să nu mai pot. Simptomele unui **burnout** destul de clare: oboseală mentală şi fizică, energie vitală scăzută, gânduri incoerente ! Astfel apare epuizarea, urmată de calm şi odihnă, pentru a mă reîncărca pe plan energetic.

Accept↓♥ faptul că nu trebuie să fiu pe placul tuturor. Este un vis ! Adevărata realitate, este de a şti că fac tot ce ştiu mai bine şi astfel îmi regăsesc seninătatea, pacea interioară şi iubirea adevărată.

158. BURSITA *Vezi şi: ARTRITĂ, BRAŢE [afecţiuni ale ...], COATE, UMERI, INFLAMAŢIE, GENUNCHI..., TENDONUL LUI AHILE*

Bursita, denumită şi **higroma** este inflamaţia bursei, de la nivelul articulaţiilor umărului, cotului, rotulei sau al tendonului lui Achile. Bursa, care seamănă cu un sac mic, conţine un lichid care reduce fricţiunea la nivelul articulaţiilor. Bursa este cea care asigură o mişcare fluidă şi graţioasă. **Bursita** este legată, frecvent de mediul profesional. Indică o frustrare sau o iritare intensă, o furie reţinută, faţă de o situaţie sau o persoană. În cazul în care sunt afectate braţele, îmi vine să "lovesc" sau "să dau o lovitură de picior, dacă sunt afectate picioarele. Gândurile mele sunt rigide şi există ceva ce nu îmi convine deloc! M-am săturat şi, în loc să exprim ceea ce trăiesc, îmi reţin emoţiile. Este posibil să găsesc cauza afecţiunii, dacă observ ce anume pot face şi ce nu vreau să fac cu braţul afectat. Dacă durerea este pe partea stângă, este afectată latura afectivă, iar pe partea dreaptă, latura raţională. Mă doare braţul, chiar dacă mă abţin să lovesc pe cineva. Trebuie să găsec un mod mai potrivit pentru a exprima ceea ce trăiesc. Mă întreb dacă viaţa mea mai are sens sau dacă mai există încă lucruri care îmi plac sau din contră, mă plictisesc foarte tare ? Am o stare de iritare. Sau chiar pot avea impresia că ceilalţi profită de mine. Am dreptul să fiu fericit ? Aştept mult de la ceilalţi, dar trebuie fac eu singur schimbările pentru a avea ceea ce vreau în viaţă. În loc să mă sprijin pe ceilalţi, accept↓♥ să îmi iau viaţa în mâini, altfel voi rămâne în această stare de inerţie.

Caut cauza suferinţei mele, sunt deschis şi îmi schimb atitudinea acceptându-mi↓♥ sentimentele şi emoţiile. Le pot transforma în iubire şi în armonie, în avantajul meu şi pentru binele celorlalţi. Corpul meu îmi transmite mesajul să adopt o atitudine mai pozitivă, pentru a mă adapta la noile situaţii, care apar în viaţa mea.

159. BURTĂ SAU ABDOMEN *Vezi şi: BALONARE [... A ABDOMENULUI], INTESTINE [AFECŢIUNI ALE...]*

Burta sau **abdomenul** este partea inferioară şi anterioară a trunchiului uman, care conţine mai ales intestinele. La fel ca în viaţa mea de zi cu zi, atunci când mă îndop prea repede cu mâncare, am "burta plină", îmi vine să dorm şi am o stare de disconfort. Trebuie să învăţ să îmi acord timp, să înghit fiecare situaţie nouă şi să mă adaptez la schimbările care au loc în viaţa mea, evitând astfel să trăiesc nerăbdare şi frustrare. Deoarece în abdomen, în pântece, se dezvoltă copilul şi se pregăteşte să treacă de la starea solitară la starea socială, **abdomenul** simbolizează **relaţiile**. Toate dificultăţile din această zonă au legătură cu blocajele dintre mine şi **universul** în care exist, acestea fiind exprimate prin relaţiile personale, care îmi formează realitatea. Dacă trăiesc o situaţie ***abominabilă*** sau îngrozitoare, **burta** mea va reacţiona puternic, mai ales atunci când mă simt obligat să mă aplec în faţa cuiva şi mă simt umilit. Abdomenul este **tensionat** atunci când mă simt fragil, nu sunt sigur pe mine şi când am impresia că sunt călcat în picioare. Este relaxat atunci când sunt foarte încântat de viaţa mea şi nu mă interesează ce spun ceilalţi. O afecţiune la burtă indică faptul că am o percepţie negativă asupra vieţii şi este posibil să am o ranchiună, să îmi fie greu să integrez lucrurile noi, care mi-ar putea îmbunătăţi viaţa. Această ranchiună poate rezulta din sentimentul meu de neputinţă faţă de figura paternă din viaţa mea, pe care o consider dominantă. Am impresia că trebuie să mă sacrific sau că sunt manipulat.

Accept↓♥ să îmi recunosc gândurile şi sentimentele, prin intermediul celorlalţi şi în universul din jurul meu. Afecţiunile din zona abdomenului, unde îşi au sediul intenţia mea cea mai profundă şi sentimentul meu faţă de ceea ce este bun sau rău în viaţa mea, îmi transmit ceea ce se întâmplă în viaţa mea interioară şi la nivelul emoţiilor.

160. BULIMIA *Vezi şi: ANOREXIE, APETIT [EXCES DE...], GREUTATE [EXCES DE...]*

Bulimia este o boală compulsivă, o nevoie necontrolată de a absorbi mâncarea în cantităţi mari, un dezechilibru nervos, deoarece sunt într-o reacţie totală faţă de viaţă.

Are aceleaşi cauze interne ca şi anorexia şi obezitatea. Mănânc în exces pentru a-mi satisface complet dorinţele sau pentru a regăsi o formă de **iubire** şi de afecţiune (hrana simbolizează viaţa, **iubirea** şi emoţiile). Încerc să umplu pe plan emoţional un gol imens din mine, o ură faţă de mine (dezgust, dispreţ) atât de mare, încât vreau să umplu acest gol cu orice preţ, prefer să mă las dominat de mâncare (viaţa) în loc să fiu deschis faţă de viaţă. Neg o parte din mine sau o situaţie şi am o supărare sau o furie, pentru că mă simt izolat, separat, respins. Îmi resping în totalitate corpul, refuz să trăiesc în această lume. Nu mai vreau să trăiesc toate aceste frustrări şi angoase. Îmi este teamă că voi pierde ceea ce am şi simt o nesiguranţă, poate pentru că mă simt diferit de ceilalţi. Nu mă mai simt capabil să "muşc din viaţă". Nu am tot ceea ce vreau sau **nu îmi stăpânesc destul de bine** dorinţele şi emoţiile. Vreau să mă simt mai puternic decât mâncarea, decât sentimentele şi emoţiile mele. Prefer să vomit în loc să fiu sănătos, pentru că dispreţuiesc profund.

Trăiesc o hărţuire interioară insuportabilă. Aş vrea ca oamenii să se apropie de mine şi să mă las invadat de emoţiile lor şi de emoţiile mele, dar, în acelaşi timp mă deranjează foarte tare şi vreau să îi resping imediat, pentru a nu fi atins în intimitatea mea şi pentru a-mi controla emoţiile. Felul în care mă văd, eu sau ceilalţi, provoacă un conflict legat de propria mea identitate şi imagine ape care o ofer şi care, de multe ori, mă dezgustă. Cred că nu sunt bun de nimic şi mă pierd în mulţime, mă las înghiţit de mulţime şi îmi convine acest lucru. În acelaşi timp, aş vrea să am locul meu, să "am o greutate", să fiu diferit ! Trăiesc o depresie profundă, o disperare, o angoasă, pe care încerc să o alin, o frustrare pe care încerc să o compensez. Aş vrea să îmi valorizez imaginea de sine: aş vrea ca aceasta să fie perfectă! **Bulimia** este strâns legată de mamă (sursa vieţii), de latura maternă şi de creaţie. Oare sunt în reacţie, în relaţie cu mama mea ? Am sentimentul că am fost controlat în copilărie, iar acum, prin bulimie, vreau să fug de mama mea, să o neutralizez (în sens metafizic) sau să părăsesc această lume? Sau mă bucur să mă port astfel? Este posibil ca atunci când eram bebeluş, să fi trăit etapa de după alăptare, ca pe un **abandon**? Ca şi cum aş fi fost smuls de lângă mama mea ? În acest caz, am impresia că "voi muri de foame", de unde provine nevoia de a mânca cantităţi enorme de alimente, pentru a umple golul şi pentru a-mi micşora stresul. Mă simt pierdut şi la mila "prădătorilor". Dacă sunt **bulimic** trebuie să fiu deschis faţă de **iubire**.

Necesitatea de a accepta↓♥ faptul că am ceva de înţeles din această stare depresivă mă conduce spre **iubire** şi învăţ să mă iubesc şi să mă accept mai mult, ca fiind un canal prin care circulă energia divină. Trăiesc pe pământ pentru a îndeplini o misiune faţă de mine, cu mama mea şi cu cei pe care îi iubesc. De ce să nu apreciez frumuseţea universului ? Îmi accept corpul aşa cum este, ego-ul şi limitele lui, primesc mâncarea ca pe un dar divin. Accept ↓♥ **iubirea** pentru mine şi pentru ceilalţi şi descopăr bucuriile de a trăi pe această lume. Asta este tot.

161. BURTĂ (durere de...) *Vezi: DURERE DE BURTĂ*

162. BUZE

Buzele, pot semnifica **deschiderea sau închiderea spiritului**, ceea ce vreau sau nu vreau să spun. Pot percepe tensiune, îngrijorare, supărare sau frică, prin crăparea sau uscarea buzelor. Buzele pot fi cărnoase, dacă am bucurie, plăcere şi **iubire în** inimă♥, sau subţiri, atunci când sunt mai reţinut şi chiar rigid faţă de dorinţele şi plăcerile vieţii. În cazul unei femei, labiile - buzele vaginului indică repercusiuni cauzate de aceleaşi tulburări, doar că este mult mai probabil ca orice afecţiune a acestora să fie legată de exprimarea sexualităţii sau a feminităţii.

Buza inferioară reprezintă latura mea masculină, raţională, raţiunea şi buza superioară reprezintă partea mea feminină, receptivă, emoţională. Starea şi forma buzelor indică dacă sunt deschis faţă de ceilalţi, dacă angoasele mele mă rod, fără să îmi dau seama. Am tendinţa de a-mi "strânge **buzele**" atunci când mă îndoiesc de judecata şi de opinia celorlalţi ? Sau, mai degrabă, îmi "muşc **buzele**" deoarece nu am destulă încredere în propria mea judecată, în bunul meu simţ ? Este posibil să trăiesc un conflict interior faţă de senzualitatea mea, de locul pe care i-l acord în viaţa mea. Dacă am o dificultate în a-mi face pe plac, buzele mele vor fi afectate. Dacă primesc un sărut nedorit, dacă trebuie să "suflu în fiolă" (pentru testul de alcoolemie), dacă am impresia că sunt trădat de cineva apropiat (sărutul lui Iuda), **buzele** mele vor fi afectate. În acest caz, am impresia că persoana care reprezintă autoritatea, abuzează de puterea sa.

Accept↓♥ să îmi exprim sentimentele, atât pe cele negative, dacă sunt nemulţumit (dacă nu, **buzele mele se** pot umfla), cât şi pe cele pozitive, precum complimente, afecţiunea mea, aprecierea etc. deoarece cu buzele, pot săruta şi îmi pot arăta dragostea faţă de cei pe care îi iubesc. Mă simt în siguranţă şi îndrăznesc să spun şi să arăt cine sunt cu adevărat.

163. BUZE USCATE, CRĂPATE

Am **buzele uscate** atunci când resimt o oboseală mare, când mă simt singur, când sunt îngrijorat sau regret că am spus ceva. Bucuria mea de a trăi dispare şi simt foarte puţină plăcere în comunicarea cu ceilalţi. Nu îmi mai pot împărtăşi emoţiile cu ceilalţi sau cu partenerul de viaţă. Această pierdere a bucuriei este şi mai mare, dacă **buzele sângerează**. Dacă am **buzele crăpate**, mă întreb care este "divizarea" pe care am lăsat-o să apară în interiorul meu. Poate fi vorba despre o prăpastie dintre lumea mea reală şi cea imaginară. Vreau să rămân în turnul meu de fildeş, pentru a nu fi rănit.

Buzele crăpate se pot manifesta în cazul unui copil ai cărui părinţi s-au separat şi care are nevoie de tandreţe. Mi-am creat o lume plină de fantezie şi de iluzii, care mă ajută să evit emoţiile negative, "fantomele" care îmi controlează viaţa. Fac compromisuri, încerc să îmi îndulcesc viaţa, dar m-am săturat de toate acestea.

Accept↓♥ să fiu în contact cu realitatea şi cu oamenii din jurul meu. Îmi îmbunătăţesc comunicarea cu ceilalţi şi "îmbrăţişez viaţa" cu mai multă **iubire**. În loc să trăiesc în trecut sau în viitor, învăţ să apreciez momentul prezent. Intrând în contact cu ceea ce sunt şi cu ceilalţi, nu voi mai avea nevoie să trăiesc în imaginar. Unind ceea ce era divizat înainte, **buzele** mele revin la viaţă şi într-o stare perfectă.

C

164. CAECUM *Vezi: APENDICITĂ*

165. CALCANEUM *Vezi: CĂLCÂI*

166. CALCULI (în general) *Vezi şi: CALCULI/BILIARI/RENALI*

Calculul este o concreţiune de forma unei pietricele care se formează prin precipitarea anumitori componente (calciu, colesterol) din bilă sau din urină. Calculul este acumularea (sau „adunarea") ideilor false, a petrificării în poziţia de retragere sau de frustrare, a concepţiilor eronate despre realitate, ceea ce poate fi ilustrat prin expresia „a face o eroare de calcul". De asemenea, poate fi vorba despre emoţii şi de sentimente refulate, de o concentraţie de gânduri, asemenea unei mase de energie care se solidifică şi se cristalizează până când formează pietre foarte dure în organul în care se manifestă cauza bolii. Apare atunci când te simţi inferior celorlalţi, cultivi supărările şi ai un gust amar legat de viaţă. Încăpăţânarea de care dai dovadă te determină să te îndepărtezi de adevăratele tale nevoi. Ai senzaţia că îţi este încălcat „teritoriul".

Accept ↓♥ să am încredere în viaţă şi ştiu că pot conta pe puterea mea divină, care mă va ajuta să văd evenimentele cu o mai mare deschidere a spiritului şi în deplină siguranţă.

167. CALCULI BILIARI SAU LITIAZĂ BILIARĂ *Vezi: FICAT (DURERE DE FICAT), SPLINĂ.*

Calculul biliar este format, în general, din unul sau mai multe depozite de colesterol sau de calcar. În limbaj popular se foloseşte expresia "a avea pietre la ficat". Calculul este însă la bilă. Acest lichid secretat de ficat foloseşte la digestia alimentelor. Bila este păstrată în vezica biliară, iar calculul format (poate fi unul mai mare sau mai mulţi, de dimensiuni mai mici) se formează în aceeaşi vezică. Bila este amară, vâscoasă şi arată amărăciunea interioară, durerea, agresivitatea, insensibilitatea, resentimentul, frustrarea sau nemulţumirea pe care le simt faţă de mine însumi sau faţă de una sau mai multe persoane. Calculii reprezintă o durere mai profundă decât simple simptome la nivelul splinei, al ficatului sau al vezicii biliare. Este o energie solidificată, cristalizată sub forma unor pietricele, provenind din **gânduri foarte dure, pline de furie, de amărăciune, de invidie** şi chiar de **gelozie,** care au fost întreţinute şi acumulate de-a lungul anilor. Poate fi vorba şi despre un talent, o forţă, pe care nu am vrut niciodată să o folosesc deoarece mă simţeam vulnerabil, inferior, insuficient de bun. Acumulez forţele mele interioare, în loc să le folosesc. Simt furie, dar această furie este îndreptată împotriva mea, deoarece, în sinea mea, îmi cunosc capacităţile. Am decis să mă ascund, pentru a mă apăra de lume exterioară. Mă feresc de judecata celorlalţi. Calculii pot fi "ascunşi" de mult timp, iar o emoţie bruscă şi violentă îi poate face să se manifeste "conştient" prin dureri intense. Adeseori, pot însemna faptul că, sunt decis să merg înainte, să deschid uşile, dar există **ceva care mă împiedică,** mă limitează sau mă sufocă, iar acţiunile mele sunt determinate de frică. Atunci devin frustrat, am atitudini "amare" şi iritante faţă de ceilalţi, nu reuşesc să mă decid, deoarece nu am curaj, iar forţele mele interioare sunt prost canalizate. Nu îmi stăpânesc propria persoană. Din această cauză am **calculi biliari.** Cine îmi influenţează viaţa? Sunt prea orgolios? Care sunt datoriile din trecut (de ordin material, emoţional sau spiritual) pe care le am de plătit, dar pe care le-am uitat sau pe care am omis în mod voluntar să le dau înapoi?

Chiar dacă calculii sunt manifestarea unei **vieţi dure**, trebuie să accept ↓♥să mă eliberez de trecut şi să am o atitudine şi **gânduri mai blânde**, o nouă deschidere spre viaţă, lăsând deoparte trecutul, sentimentele îndepărtate şi vechile emoţii amare şi astfel să ajung să trăiesc **iubirea** veritabilă. Îmi acord dreptul de a-mi îndeplini propriile mele nevoi, chiar dacă acest lucru înseamnă să le spun nu celorlalţi. Procesul de acceptare ↓♥la nivelul **inimii♥** mă va ajuta să văd mai clar în viaţă şi să descopăr mai bine drumul care îmi va ameliora situaţia. Îmi las toate talentele să se dezvolte cu blândeţe şi astfel mă pot împlini pe deplin.

168. CALCULI RENALI SAU LITIAZĂ RENALĂ *Vezi şi: RINICHI*

Calculii renali, denumiţi şi **pietre la rinichi,** au legătură cu rinichii, care sunt sediul fricii. Reprezintă formaţiuni de pietre sau de cristale provenind din cantităţile abundente de **sare**, calciu, oxalaţi şi **acid uric**. Acidul uric reprezintă emoţii vechi, ce trebuie evacuate. Calculii se pot forma în părţi diferite ale sistemului urinar. Reprezintă o masă de energie solidificată, creată din gânduri, frici, emoţii şi sentimente agresive faţă de cineva sau faţă de o situaţie. Rinichiul fiind un filtru al emoţiilor şi deşeurilor corpului, abundenţa sărurilor de acid uric indică o cantitate mare de sentimente agresive solidificate, reţinute de mult timp. "Trăiesc frustrări şi sentimente agresive în relaţiile mele, de atât de mult timp, încât atenţia mea s-a fixat pe acestea". Viaţa mea afectivă este un eşec şi îmi spun că fericirea este doar pentru alţii. O persoană echilibrată are "rinichii puternici", dar există diverse trăsături de caracter care pot cauza **calculi:** sunt foarte autoritar, adeseori extrem de autoritar, **foarte sever faţă de mine însumi şi faţă de ceilalţi,** iau deciziile şi fac alegerile fiind în "reacţie" la ceva, rămân foarte ancorat în trecut, îmi lipsesc voinţa şi încrederea. Sunt foarte drastic în opiniile şi în alegerile mele. **Calculii renali** implică adeseori un conflict interior între voinţa mea şi deciziile mele, care determină un exces de autoritarism: deoarece mă consider slab şi îmi este frică, îmi "mobilizez" toate forţele disponibile, în acelaşi loc pentru a îndeplini anumite sarcini, iar după trecerea perioadei de stres, această concentrare se întăreşte şi formează **calculi.** Mi-am reprimat întreaga spontaneitate, care s-a întărit, pentru a trăi în funcţie de ceilalţi. Totul este **calculat**, planificat din avans pentru a evita surprizele şi pentru a-mi oferi un sentimente de control asupra vieţii mele. Există deci un "eu", care este una dintre personalităţile mele, care trăieşte în societate şi există un alt "eu", care trăieşte ascuns într-un dulap şi este format din toate aceste emoţii pe care le reprim. Energiile mele creative şi agresivitatea se acumulează în acelaşi timp. Toate cuvintele nerostite care cer să iasă afară, să se exprime şi care sunt reţinute, se transformă în **calculi renali.** Am impresia că sunt supravegheat şi că trebuie să fiu în gardă, în fiecare moment. Am tendinţa să trăiesc izolat şi mă simt incapabil să comunic sau vinovat. Îmi interzic multe lucruri. Îi las pe ceilalţi să mă invadeze sau să îmi invadeze viaţa şi nu pot delimita ceea ce îmi aparţine.

Accept ↓♥ să îmi regăsesc o anumită pace interioară şi vreau să nu mai am **calculi.** Ar trebui să nu mai insist atât de mult pe anumite situaţii conflictuale şi pe anumite probleme, deoarece, dacă voi continua astfel, mă împiedic să merg mai departe. Trebuie să le rezolv definitiv, să văd viitorul cu calm şi deschidere. Este vorba despre **conştiinţă** şi atitudine. Trăiesc într-un mod spontan, ca un copil, iar viaţa mea va fi plină de fericire şi de surprize.

169. CALOZITATE *Vezi: PIELE, PICIOARE –CALUS ŞI BĂTĂTURI*

170. CALVIŢIE *Vezi: PĂR – CALVIŢIE*

171. CANAL CARPIAN (sindromul...) *Vezi: CRAMPA SCRIITORULUI*

172. CANCER (în general) *Vezi şi: TUMORĂ (TUMORI)*

Cancerul (denumit şi **tumoră malignă)** este una dintre cele mai răspândite boli ale secolului XX. Se dezvoltă celule anormale, **canceroase.** Sistemul imunitar, care nu mai recunoaşte celulele sănătoase de cele bolnave nu reacţionează în prezenţa acestora, iar celulele nesănătoase se răspândesc cu viteză în corp. Oamenii pot avea celule precanceroase în organism, dar sistemul imunitar, adică sistemul natural de apărare din corpul nostru, le anihilează înainte ca acestea să devină canceroase. Deoarece aceste celule se dezvoltă într-un mod incontrolabil[11] şi fără încetare pot dăuna funcţionării unui organ sau a unui ţesut, putând astfel să afecteze părţile vitale ale organismului. Când aceste celule invadează diverse părţi ale corpului, vorbim despre **cancer generalizat**[12].

Cancerul este în primul rând legat de **emoţii refulate, de resentimente profunde,** care datează uneori de mult timp, faţă de ceva sau de o situaţie care mă tulbură încă şi astăzi şi faţă de care **nu am îndrăznit niciodată să îmi exprim sentimentele profunde.** Adeseori există o legătură cu unul sau mai multe aspecte ale vieţii mele de cuplu. Chiar dacă cancerul se poate declanşa foarte repede, în urma unui divorţ dificil, a pierderii unui loc de muncă, a

---

[11] Conform studiilor doctorului **Ryke Geerd Hamer, cancerul este dezvoltarea celulelor specializate şi organizate** provenite dintr-un program special emis de creier ca răspuns la un suprastres psihologic

[12] **Cancer generalizat**: în cazurile de **cancer generalizat,** este vorba mai ales de metastaze, adică celule canceroase care provin din alte zone ale corpului, fiind transportate prin sânge sau limfă. Există puţine referinţe despre această ipoteză a **celulelor** canceroase care pot fi transportate dintr-un loc în altul. Ar putea fi vorba mai degrabă de faptul că, primul cancer, care provenea dintr-un conflict s-a manifestat şi a pus în evidenţă un alt conflict, care la rândul său a provocat un **alt cancer** şi aşa mai departe. Un stres foarte puternic poate alimenta un altul şi astfel să manifeste alt **cancer.**

pierderii unei fiinţe dragi etc. de obicei, este rezultatul mai multor ani de **conflict interior, de culpabilitate, de răni, de supărări inconsolabile, de ranchiună, de ură, de confuzie şi de tensiune,** care mă rod. Trăiesc **disperare, respingere de sine,** mă simt nenorocit[13]. Mă macină mereu acelaşi sentiment de eşec. Ceea ce se întâmplă în exterior este doar reflectarea a ceea ce se întâmplă în interiorul meu, fiinţa umană fiind reprezentată de celulă şi mediul de viaţă, iar societatea, prin ţesuturi. În majoritatea cazurilor, dacă sufăr de **cancer,** sunt o persoană iubitoare, devotată, plină de atenţie şi de bunătate faţă de ceilalţi, foarte sensibilă, care seamănă iubire şi fericire în jurul său. În tot acest timp, emoţiile mele personale sunt refulate foarte adânc în mine. Îmi găsesc alinare şi satisfacţie în exteriorul meu, nu în interior, deoarece am **un respect de sine foarte scăzut.** În timp ce mă ocup de toată lumea, **îmi las la o parte nevoile personale.** Mă simt neputincios în a-mi schimba viaţa. Această neputinţă provine din faptul că am impresia de a nu avea nicio putere asupra vieţii mele. Las această putere în grija unei autorităţi mai mari decât mine, din exteriorul meu. Nu mai sunt în contact cu corpul meu şi cu emoţiile mele. Sunt pierdut deoarece nu mă definesc decât prin intermediul celorlalţi. Nu mai am nicio identitate. Am devenit un străin faţă de mine însumi. Îmi cedez locul celorlalţi, îmi las la o parte celulele sănătoase, care reprezintă identitatea mea şi care sunt înlocuite de celule străine, care nu îşi au locul în corpul meu. Dar, deoarece binele celor din jurul meu este deasupra binelui meu, decid că eu nu valorez nimic şi că îi pot lăsa pe ceilalţi să mă invadeze. Evit să îmi iau viaţă în mâini şi mă consider incapabil de acest lucru.

Deoarece mi se pare că viaţa nu îmi mai aduce nimic, mă predau şi nu mai am poftă de a trăi. La ce bun să lupt? Dacă trăiesc multe **emoţii puternice, ură, culpabilitate, respingere,** voi fi într-o reacţie foarte puternică, la fel ca şi celula. Celulele mele sănătoase se întorc împotriva mea şi celulele bolnave preiau controlul. Mă voi simţi chiar responsabil de problemele şi de suferinţele celorlalţi şi vreau **să mă autodistrug.**

Celulele canceroase trăiesc în izolare, la fel ca mine, cel care vrea să se retragă în sine în faţa unei situaţii pe care îmi este foarte greu să o accept↓♥: vorbesc foarte puţin despre ea, îmi refulez emoţiile care mă otrăvesc. "Îi port pică vieţii" este prea nedreaptă. Joc rolul "victimei" vieţii şi devin repede "Victima" **cancerului.** De obicei, "ura" faţă de cineva sau faţă de o situaţie mă "va roade pe interior" şi va determina celulele să se autodistrugă. Această ură este foarte adânc îngropată în mine şi de obicei **nu sunt conştient** de existenţa ei. Este ascunsă în spatele măştii mele de "persoană bună". Corpul meu se descompune încet deoarece şi **sufletul** meu se descompune: am nevoie să îmi împlinesc dorinţele, în loc să le fac pe plac celorlalţi. Trebuie să îmi ofer bucurii, "mici plăceri". Am acumulat resentimente, conflicte interioare, culpabilitate, autorespingere faţă de mine însumi, deoarece am acţionat mereu raportat la ceilalţi şi nu în funcţie de ceea ce vreau eu. Răbdarea exemplară de care dau dovadă este însoţită de un slab respect de sine. Evit să îmi acord dragoste şi respect, deoarece cred că nu le merit. Voința mea de a trăi devine aproape inexistentă. Mă simt inutil. "La ce bun să mai trăiesc? Este modul meu de a încheia socotelile cu viața. Mă autodistrug și este de fapt, **o sinucidere deghizată.** Am impresia că "mi-am ratat" viața, pe care o consider un eșec. Moartea mi se poate părea, chiar dacă inconștient, mai frumoasă decât viața pe care o duc. Am nevoie să redefinesc cine sunt cu adevărat în loc să mă identific cu imaginea pe care ceilalți vreau ca eu să o proiectez. Am nevoie să dau masca la o parte. Poate fi un demers dificil pentru moment, dar este esențial pentru a-mi redobândi controlul asupra vieții mele. Voi descoperi că am tot curajul și toată forța necesare pentru a-mi îndeplini toate visele. Partea corpului care a fost atinsă de cancer îmi dezvăluie natura problemei sau problemelor mele: îmi arată ce program mental sau ce atitudini trebuie să adopt pentru a face boala să dispară.

---

[13] În franceză *cancre* – nefericit, cu un respect de sine foarte scăzut

Trebuie să reintru în contact cu "eul" meu interior și să mă accept ↓♥ așa cum sunt, cu calitățile, cu defectele, cu puterea și cu slăbiciunile mele. Accept ↓♥ să las la o parte vechile atitudini și obiceiuri morale. **Acceptarea ↓♥ bolii** este esențială pentru ca apoi să pot lupta. Dacă refuz să accept↓♥ boala, cum voi putea să o vindec?

Accept ↓♥ să reiau contactul cu acea parte din mine de care m-am deconectat, pentru a reintra în contact cu viața mea. **Îmi deschid inima ♥ și devin conștient** de tot ceea ce îmi poate aduce viața și cât de mult fac parte din viața mea. Chiar dacă, inițial **cancerul** pare a avea rolul negativ, al dușmanului, îmi dau seama că este un catalizator pentru a mă determina să aduc schimbări majore în viața mea. Faptul de a primi un tratament natural pentru vindecare, masaje sau orice alte tehnici cu care mă simt bine, va avea un efect de armonizare și mă va ajuta să îmi deschid **conștiința** în fața tuturor minunilor vieții și a frumuseții din jurul meu, lucru care va întări astfel sistemul meu imunitar.

Accept ↓♥ să liniștesc emoțiile pe care le am în mine. Îmi reiau controlul asupra propriei mele vieți. Doar eu știu ceea ce este bun pentru mine! Doar eu pot decide să mă vindec... Accept ↓♥ să mă pot vindeca deoarece am multe lucruri de îndeplinit, multe vise de realizat. Accept ↓♥ să trăiesc în prezent, acceptându-mi trecutul, ca pe o perioadă de pregătire pentru a mă descoperi, pentru a ști cine sunt cu adevărat. Lăsând să curgă viața din mine, celulele mele vor fi bine hrănite și le vor înlocui pe cele de care nu mai am nevoie.

173. CANCER AL ALUNIȚEI *Vezi: PIELE — MELANOM MALIGN*

174. CANCER AL BRONHIILOR *Vezi și: BRONHII - BRONȘITĂ*

175. CANCER AL COLONULUI *Vezi și: INTESTIN [DURERE DE...] / CONSTIPAȚIE*

Colonul este o parte a intestinului gros în care se digeră alimentele. Elimină ceea ce este considerat inutil sau murdar de către corpul meu. Mă ajută să las deoparte ceea ce nu mai este bun pentru mine, să trec mai departe. Fricile, mai ales cele legate de viața materială sau de bani afectează colonul. Se spune că este una

dintre cele mai răspândite forme de cancer în America de Nord, din cauza consumului excesiv de carne, de făină rafinată, de zaharuri. Aceste alimente sunt greu de digerat și de asimilat. Totuși, există și alte cauze: căutarea continuă a satisfacțiilor, a plăcerilor, a dorințelor materiale, aferente unor stări psihice, emoționale și mentale pe care le trăiesc în fiecare zi (împreună cu angoase, anxietate etc.) reprezintă principala cauză a dezordinii alimentare sau digestive. Nu prea simt bucurie interioară, sunt mai mult sau mai puțin satisfăcut de viața mea așa cum este acum. Mă simt murdărit de un anumit aspect din mine. Mănânc și îmi refulez emoțiile: este mai ușor și nevoile mele sunt împlinite mult mai repede. O separare sau un divorț pot favoriza dezvoltarea acestui tip de **cancer** deoarece pot determina un șoc emoțional puternic în care nu pot digera acea situație. Aleg o formă de recompensă care îmi este foarte la îndemână. Caut o anumită satisfacție și îmi place să o regăsesc în mâncarea grasă și grea. **Cancerul de colon** poate avea cauze asemănătoare cu cele ale **constipației**, dar cu un factor emoțional mult mai puternic și mai profund: este vorba probabil de o nevoie de « a da drumul », de a lăsa lucrurile libere. Trebuie să mă întreb care este situația pe care nu am digerat-o încă sau pe care nu vreau să o admit și care mă determină să am resentimente. Din acest punct de vedere, este ca și cum nu aș vrea să o asimilez în realitatea mea. Sunt foarte contrariat de acest lucru. Percep această situație ca pe o porcărie, o acțiune dezgustătoare, **abominabilă.** Nu pot să trec mai departe, să întorc pagina. E ca și cum aș fi « lipit » de acea situație (*în limba franceză *collé, lipit*). La modul general, atunci când este afectat **colonul superior** există o legătură cu părinții sau superiorii. **Colonul mediu** implică relațiile colaterale: surori, frați, veri. În mediul profesional, este vorba despre colegii care au același nivel de răspundere ca și mine. **Colonul inferior** are legătură cu relațiile cu copiii sau, în mediul profesional, subalternii. În cazul **constipației**, este vorba despre energiile și emoțiile care ies la suprafață, în timp ce, în cazul **cancerului de colon**, este vorba despre energiile și emoțiile situate în adâncime. De aceea, chiar dacă intestinele mele funcționează normal pot dezvolta un **cancer de colon.** Intestinele fac ceea ce pot pentru a mă păstra sănătos și am datoria de a le respecta, păstrându-le sănătoase cât mai mult timp posibil.

Accept ↓♥ **să fiu mai deschis** în fața bucuriilor vieții și **exprim** emoțiile care fac parte din viața mea! Încep să practic diverse forme de relaxare **fizică și interioară**, care mă pot ajuta să îmi acord timpul necesar pentru a trăi o existență mai echilibrată.

176. CANCER LA ESOFAG *Vezi: ESOFAG*

177. CANCER LA FARINGE *Vezi: GÂT — FARINGE*

178. CANCER LA FICAT *Vezi: FICAT [DURERE DE...]*

179. CANCER AL GANGLIONILOR (al sistemului limfatic) *Vezi: ADENITĂ, ADENOPATIE, GANGLION [... LIMFATIC]*

Sistemul limfatic există în corp în paralel cu sistemul sanguin. Transportă un lichid albicios şi opac, precum laptele diluat, numit limfă. Deoarece limfa conţine proteine şi limfocite (globule albe), aceasta joacă un rol important în procesul de imunitate şi de apărare al organismului. Sistemul limfatic este legat direct de emoţii, de partea afectivă. **Ganglionii** folosesc la filtrarea limfei de impurităţi, cam la fel ca rinichii, ficatul, splina, pentru sistemul sanguin. Astfel, un **cancer al ganglionilor** indică prezenţa unor frici puternice, a culpabilităţii şi a disperării legate de emoţiile din plan amoros şi sexual. Chiar dacă în prezent am o viaţă amoroasă armonioasă, este posibil ca anumite decepţii profunde să iasă la suprafaţă prin această formă de **cancer**. Îmi caut un loc în care să mă adăpostesc *în siguranţă*. Cred că singurul mod de a face acest lucru este acela de a aparţine unui grup, chiar şi în detrimentul relaţiei de cuplu.

Trebuie să accept↓♥ că totul poate avea loc în interiorul meu, lăsând să circule viaţa, precum apa într-un râu, în armonie şi **iubire** şi ocupându-mă de copilul meu interior rănit. Astfel îmi regăsesc sentimentul de siguranţă în interiorul meu. Ştiu că sunt apărat tot timpul şi că nu îmi rămâne decât să mă las condus de curentul vieţii.

180. CANCER LA GÂT *Vezi şi: GÂT — FARINGE*

181. CANCER AL GURII

Cancerul gurii poate fi situat la nivelul cerului gurii, al buzelor, al limbii, al gingiilor sau al palatului. Aşa cum pielea reprezintă linia de demarcaţie dintre exterior şi interior, gura este poarta de intrare, vestibulul dintre ceea ce intră (aer, hrană, lichide) şi ceea ce iese (aer, vorbe care transportă emoţii). Este posibil să fiu o persoană despre care se spune că "îşi mănâncă apropiaţii" (care vorbeşte pe la spatele oamenilor). Pot avea sentimente distructive faţă de mine însumi sau faţă de una sau mai multe persoane, lucru care mă face să spun "o să-l mănânc !" cu sensul de ranchiună, îi doresc răul acelei persoane sau moartea, într-un anumit sens. Golul meu interior imens îmi amplifică dificultatea de a fie eu însumi, o fiinţă autonomă care se bucură de viaţă. Mă simt îndepărtat de oameni, atât pe plan fizic cât şi emoţional. Nu mai suport răceala din existenţa mea.

Accept ↓♥ faptul că am o mare nevoie de a lăsa să intre în mine sentimente de **iubire** şi de a le exprima faţă de cei din jurul meu şi faţă de mine, spunându-mi vorbe de **iubire. Accept** ↓♥plăcerile vieţii.

182. CANCER AL INTESTINULUI (în general) *Vezi şi: CANCER LA COLON, INTESTINE [DURERE DE ...] / COLON / INTESTIN SUBŢIRE*

Acest **cancer** se găseşte de obicei la nivelul părţii intestinului numită colon. Când am o astfel de boală trebuie să îmi pun întrebarea: « ce anume nu sunt capabil să diger » şi « cine blochează digestia acelui lucru ». Poate fi vorba despre un cuvânt care mi-a fost adresat, pe care îl consider rău sau poate fi vorba despre o acţiune care mi se pare nedreaptă şi inacceptabilă. Bucata aceea este atât de greu de înghiţit încât nu mai ştiu dacă voi reuşi să o diger. De asemenea, pot trăi o frică foarte mare şi să mă întreb tot timpul dacă « am destulă mâncare în frigider ». Îmi este teamă că voi muri de foame, din lipsă de alimente. Am o angoasă teribilă, deoarece mă simt neputincios în anumite situaţii. Mă agăţ de anumite persoane, idei, emoţii, din teamă de necunoscut, deşi aş vrea atât de mult să scap de toate acestea!

Indiferent de situaţie accept↓♥ să dezvolt o atitudine mai pozitivă, ştiind că viaţa vrea ceea ce este mai bun pentru mine şi că accept↓♥ să trăiesc în abundenţă. Învăţ, de asemenea, să îi iert pe cei care mi-au spus sau mi-au făcut ceva ce îmi este greu să diger. Exprim faţă de acea persoană ceea ce simt pentru a readuce armonie în acea situaţie. Elimin ranchiuna din viaţa mea şi o înlocuiesc cu înţelegere şi deschidere a spiritului.

183. CANCER LA INTESTINUL SUBŢIRE *Vezi: INTESTINUL SUBŢIRE [DURERE LA...]*

184. CANCER LA LARINGE *Vezi: FUMAT, GÂT [DURERE DE...]*

Cancerul la laringe este numit şi cancerul fumătorilor. Când o tumoră malignă se instalează pe peretele laringelui, acest lucru înseamnă că simt o mare nevoie de a-mi exprima durerea interioară. Aş avea nevoie să urlu în faţa lumii întregi drama interioară pe care o trăiesc, dar îmi este frică să îmi exprim suferinţa. Există o persoană sau o situaţie care mă împiedică să mă exprim, care îmi pune ***frână***? Poate îmi spun că: *"Fac bine că închid suferinţa în mine, deoarece nu ar duce la nimic să vorbesc despre ea!"* Acest lucru mă determină să mă închid la nivel emoţional, nu mai pot! Am impresia că se prăbuşeşte totul şi aş vrea să mă enervez, dar nu îndrăznesc. Nu mă simt respectat pentru ceea ce sunt. Îmi este teamă de emoţiile mele cele mai profunde. Evit să mă privesc în faţă. Joc rolul victimei, îi las pe ceilalţi să îmi controleze lumea, spaţiul meu vital. Vreau atât de mult ca viaţa mea să fie păzită! Las cu uşurinţă autoritatea mea personală în mâinile altei persoane sau a unui sistem dn afara mea. Revolta şi furia fac parte din alimentaţia mea zilnică.

Accept ↓♥ să îmi ocup locul şi să exprim ceea ce reprezintă pentru mine adevărul. Acest lucru mă va ajuta să-mi înţeleg locul pe care îl ocup în mediul meu şi în Univers.

185. CANCER LA LIMBĂ *Vezi: ALCOOLISM, FUMAT*

Chiar dacă se admite faptul că, **cancerul la limbă** poate fi favorizat de fumat şi de alcool, **acesta provine dintr-un profund sentiment de disperare care înseamnă că nu mai am poftă de viaţă.** Mai mult, este posibil să nu exprim acest lucru şi să refulez emoţiile în interiorul meu. Alcoolismul şi tabagismul nu sunt decât factorii care amplifică sentimentele pe care le trăiesc: prin alcool îmi îngrop sentimentele, iar prin fumat creez un ecran în faţa acelor emoţii, pe care nu vreau să le văd. Deoarece limba este organul cu care testez mâncarea, înainte de a o mesteca cu dinţii, dacă am **cancer la limbă**, este bine să mă întreb dacă, în sens figurativ, am impresia că nu sunt capabil **« să apuc bucata de hrană ».**

Consider ceea ce apuc ca fiind ceva vital pentru mine. Poate fi vorba despre un loc de muncă, despre mâncare, despre o nouă relaţie etc. Situaţia pe care o trăiesc mă face să înnebunesc ! Am impresia că voi exploda ! Am atât de multe emoţii prinse în interiorul meu... Am nevoie să găsesc în afara mea o forţă, când de fapt, acea forţă se află în interiorul meu. Mă controlez perfect, deoarece simt o nesiguranţă foarte mare. Am o ranchiună atât de mare, de multe ori împotriva mea, deoarece « mi-am închis trapa » prea repede. Când cancerul este situat **pe marginea limbii,** unde este în contact cu dinţii, este posibil să vreau să « fac bucăţi » ceva sau pe cineva, ce nu pot « înghiţi ».

Accept ↓♥ să îmi recapăt gustul pentru viaţă, să îmi cresc respectul de sine şi învăţ să îmi exprim emoţiile. Astfel voi descoperi toată frumuseţea pe care mi-o oferă viaţa. Trec la acţiune şi caut ceea ce am nevoie, deoarece merit ! Accept ↓♥ faptul că pot trăi neputinţa, deoarece nu îi controlez pe ceilalţi, ci doar pe mine. Când accept↓♥ acest lucru, este uşor să reintru în contact cu forţa mea interioară şi atunci îmi pot crea viaţa aşa cum simt !

186. CANCER LA MANDIBULĂ *Vezi: MANDIBULĂ [DURERE DE...]*

187. CANCER LA OASE *Vezi: OASE [CANCER LA OASE...]*

188. CANCER LA OVARE *Vezi: OVARE [DURERE DE...]*

189. CANCER LA PANCREAS *Vezi: PANCREAS [DURERE DE...]*

190. CANCER AL PIELII *Vezi: PIELE— MELANOM MALIGN*

191. CANCER LA PIEPT *Vezi: CANCER LA SÂN*

192. CANCER LA PLÂMÂNI *Vezi şi: BRONHII— BRONŞITĂ, FUMAT, PLĂMÂNI [DURERE DE...]*

Deoarece plămânii sunt legaţi direct de capacitatea mea de a trăi (inspiraţie-expiraţie), **cancerul la plămâni** indică o **frică de moarte**. De fapt, există în viaţa mea o situaţie care mă roade din interior şi îmi dă senzaţia că mă sufoc şi că mor. **Plămânii** sunt organele legate de tristeţe, iar atunci când suferinţa nu este exteriorizată, plămânii absorb acea suferinţă. Este posibil să apară în urma unei separări sau a unui divorţ, a morţii unei fiinţe dragi, a pierderii unui loc de muncă foarte important pentru mine. Există o noţiune a eşecului foarte marcantă: orice situaţie, care pentru mine reprezintă, în mod conştient sau inconştient, raţiunea de a fi. Când raţiunea mea de a fi dispare sau îmi este teamă că va dispărea, acest lucru scoate în evidenţă cealalată posibilitate care apare în faţa mea, moartea. Mă simt **condamnat** să trăiesc o situaţie pentru tot restul vieţii mele. Adeseori sunt foarte drastic în judecăţile mele. Totul este negru sau alb, nu există nuanţe între ele. Dar cu toate acestea îmi este teamă să îmi exteriorizez gândurile, ideile. Cred în noţiunea de rău, atât legat de sexualitatea mea cât şi în alte aspecte ale vieţii. Trăiesc o mare neputinţă. Ceilalţi îmi judecă modul de viaţă, iar eu le port pică pentru acest lucru. Viaţa mea nu mai are sens şi sunt dezamăgit de ceilalţi, care nu corespund aşteptărilor mele. Îmi fac griji pentru cineva apropiat: am investit atât de mult în acea relaţie, atât pe plan emoţional cât şi material, iar acum risc să pierd totul. La ce bun să mai trăiesc dacă toate eforturile au fost în zadar şi am ajuns aici ?

Ce vrea să însemne legătura care se face între fumători şi **cancerul pulmonar** ? Mă pot întreba dacă fumatul ţigărilor este cauza **cancerului la plămâni** sau frica de moarte mă determină să fumez şi, în consecinţă, mă determină să dezvolt **cancerul la plămâni.** Atunci când fumez îmi acopăr cu un voal emoţiile care mă deranjează şi care mă împiedică să trăiesc. Dacă nu soluţionez conflictul, acesta poate creşte în mine, într-atât încât să determine un **cancer pulmonar.**

Prin urmare, trebuie să accept↓♥ viaţa şi să mă gândesc că, la fiecare inspiraţie şi la fiecare expiraţie, viaţa circulă în mine prin aerul pe care îl respir. Decid să îmi ocup locul cuvenit, să îmi acord spaţiu şi aleg ceea ce vreau să trăiesc, independent de fricile mele. Viaţa merită să fie trăită, eu merit să trăiesc. Accept↓♥ faptul că nu există rău pe pământ, ci doar experienţe. Trăiesc şi îi las pe ceilalţi să trăiască, cu candoarea unui copil. Muşc din viaţă cu toată pofta !

193. CANCER LA PROSTATĂ *Vezi: PROSTATĂ [DURERE DE...]*

194. CANCER LA RECT *Vezi: INTESTINE — RECT*

195. CANCER LA SÂNGE *Vezi: SÂNGE — LEUCEMIE*

196. CANCER LA SÂN *Vezi: SÂNI [DURERE DE...]*

Sânii reprezintă feminitatea şi maternitatea. Acest tip de cancer indică, în general, anumite atitudini şi gânduri profund înrădăcinate, din fragedă copilărie. Începând cu anii 1960, în unele locuri din lume, femeia se afirmă mai mult, îşi ocupă locul în societate şi vrea să avanseze şi mai mult. Poate exista o dificultate în a-mi exprima adevăratele sentimente şi a găsi un echilibru între rolul de mamă şi cel de femeie împlinită. Aceste conflicte interioare mă tulbură, în calitatea mea de femeie care caută un echilibru. S-a descoperit că acest tip de cancer provine dintr-un puternic sentiment de **culpabilitate interioară** faţă de sine sau faţă de unul sau mai mulţi copii: "De ce s-a născut ? Ce am făcut ca să-l merit ? Sunt o **mamă** destul de bună sau o **femeie** bună pentru a mă ocupa de el ?" Toate aceste întrebări îmi sporesc nivelul de culpabilitate, mă determină să mă resping şi îmi accentuează teama de a fi respinsă de ceilalţi. Trebuie să îmi reamintesc că: "**iubirea** pentru copilul meu este tot timpul prezentă, dar gândurile mele sunt foarte puternice şi trebuie să fiu atentă." Dacă mă judec prea aspru, toată furia şi respingerea se vor amplifica, iar emoţiile mele vor fi "evacuate" la nivelul **sânilor,** care devin simbolul "eşecului" meu. **Cancerul la sân** mă ajută astfel să **conştientizez** faptul că trăiesc o situaţie conflictuală, care poate fi faţă de mine însămi sau faţă de altcineva, fiind legată de un element care face parte din spaţiul meu vital, din "**cuibul meu**". De multe ori este vorba despre copii, "puişorii mei" sau de cineva pe care îl consider ca pe copilul meu (de exemplu, mama mea bolnavă, pe care o simt dezarmată, ca "un copil mic"). Vreau cu orice preţ să îi dau totul copilului meu şi vreau ca el să ia tot ceea ce îi dau eu. Când nu se întâmplă acest lucru, îndoiala şi culpabilitatea preiau controlul... Îmi este teamă că "**cuibul**" (căminul) meu se destramă. De asemenea, pot avea o frică foarte mare referitor la supravieţuirea unuia sau mai multor copii. Îmi este teamă că, dacă mi s-ar întâmpla ceva, tatăl lor nu va fi capabil să aibă grijă de ei, să le ofere afectivitate. Într-un sens mai larg, "cuibul" poate să îl conţină şi pe soţul meu, căminul meu, fraţii, surorile, mai ales dacă trăiesc sub acelaşi acoperiş cu mine. Aşadar, îmi este teamă de o izbucnire în faţa familiei, a ceea ce, din punct de vedere istoric numim **clan.** Există o frică, un gând care revine constant în minte şi care este, **de neacceptat,** precum ideea de a fi trădată de soţul meu. Aş vrea să mă ocup şi să "hrănesc" pe toată lumea, dar acest lucru este imposibil şi mă sfâşie.

Bărbaţii pot dezvolta" de asemenea, acest tip de cancer, care reprezintă adeseori conflictul interior masculin de a accepta↓♥ propria natură feminină divină. Se întâmplă ca unii bărbaţi să îşi manifeste latura feminină şi maternă aproape la fel de mult ca şi femeile. În calitate de bărbat, e clar că nu voi fi niciodată femeie, dar, la nivel energetic, pot fi la fel sau chiar mai feminin decât o femeie. De aceea, **cancerul de sân**, apărut la mine, care sunt un bărbat, este asociat cu respectul de sine şi capacitatea mea de a-mi exprima partea feminină înnăscută. Poate avea legătură cu faptul că sunt bărbat şi cu dorinţa mea inconştientă de a fi femeie. Este un aspect pe care ar trebui să îl echilibrez în viaţa mea.

Partea stângă este partea nivelului afectiv, iar partea dreaptă a celui raţional. **Cancerul la sânul stâng** indică prin urmare, toate dificultăţile afective şi emoţionale refulate în mine, în calitate de femeie (legat de familia apropiată) şi este bine să accept ↓♥ **femeia** şi **mama** din mine şi sentimentele interioare pe care le trăiesc prin intermediul acestor două roluri. **La sânul drept, cancerul** indică femeia **responsabilă** şi ceea ce se aşteaptă de la mine (ceea ce mă aştept eu să fac cu femeia "din exteriorul meu"). Noţiunea de familie, în acest caz, poate include orice grup, orice asociere pe care o consider ca pe o familie. De menţionat că acest lucru se aplică şi bărbaţilor, deşi în cazul lor, cancerul de sân apare foarte rar. Pentru mine, ca femeie, în universul fizic, forma şi volumul sânilor poate avea o anumită importanţă, în funcţie de context. Se observă că, dacă partea mea masculină (Yang) este dominantă, pot avea **sânii** mai mici sau îi pot considera inutili sau fără valoare. Corpul vorbeşte şi la fel şi **sânii** mei, eu sunt cea care decid ce importanţă îi acord acestui simbol feminin şi sexual.

Căutarea unui echilibru este foarte importantă, iar corpul se va adapta pe plan energetic în funcţie de deciziile luate de femeia sau de bărbatul în cauză, pentru viitor. Totul constă în atitudine, în **iubire** şi acceptare↓♥ de sine. **Conştientizez** faptul că mă las la o parte şi trăiesc doar pentru ceilalţi. M-am născut biologic, dar nu şi pe plan emoţional. Emoţiile mele sunt refulate şi pot evita să intru în contact cu ele prin faptul de a mă ocupa în mod exagerat de ceilalţi. Îmi atribui o **conştiinţă** bună. În fond, ştiu că sunt incapabilă să trăiesc pentru mine şi prin propriile puteri. Mă agăţ, mă cramponez de cineva. Îmi umplu golul cu emoţiile celorlalţi, nu cu ale mele. Accept↓♥ că vindecarea se găseşte în schimbarea atitudinii mele faţă de mine şi faţă de viitor. În loc să mă distrug cu gândurile mele negative, mă reconectez la universul meu interior. Îmi primesc emoţiile, chiar şi pe cele legate de evenimente dificile din trecutul meu. Îmi acord un răgaz şi mă întreb cum aş fi putut, în toate acele situaţii, să mă respect mai mult şi să îmi ofer mai multă **iubire.**

Suferinţa dispare deoarece accept↓♥ să văd lecţiile pe care viaţa vrea să mi le arate. Exprim tot ceea ce am vrut mereu să ascund. Dacă mă respect şi am încredere în potenţialul meu pot crea viaţa pe care o vreau şi redobândi o sănătate perfectă.

197. CANCER LA STOMAC *Vezi şi: STOMAC [DURERE DE...]*

Dacă am **cancer la stomac**, trebuie să devin conştient de « bucata» sau de situaţia pe care nu sunt capabil să o diger. Trăiesc această situaţie «care nu mai trece» într-un mod foarte intens şi puternic. *« Este inadmisibil ceea ce am păţit, ceea ce am îndurat. În plus, nu m-am aşteptat deloc la aşa ceva ! » « Sunt absolut înghiţit de situaţie ».* Aceste cuvinte pot exprima ceea ce trăiesc. Am ajuns până la urmă să vreau să abandonez cursa, povara a devenit prea grea. Am tendinţa de a-i învinovăţi pe ceilalţi, îi acuz de influenţa pe care o au asupra vieţii mele. Deoarece le atribui celorlalţi toată această putere, mă simt neputincios în a-mi crea propria viaţă. Mi-am abandonat visele şi ambiţiile, chiar dacă, în adâncul meu, aş fi vrut să le arăt celorlalţi de ce sunt capabil. Sunt invadat de frustrare şi ros de angoasă. Şi mai mult decât orice, durerea şi tristeţea sunt atât de puternice încât nu mai găsesc nicio raţiune de a fi...

Accept ↓♥ **să conştientizez** cauzele acelei situaţii şi care este lecţia pe care o am de învăţat, pentru a « alunga furtuna » şi a face **cancerul** să se retragă. Nu am decât de câştigat dacă voi lăsa furia şi ranchiuna să plece şi le voi înlocui prin acceptare↓♥ şi iertare.

198. CANCER LA TESTICULE *Vezi şi: TESTICULE [DURERE DE...]*

În testicule are loc producerea spermatozoizilor esenţiali pentru reproducere. Dacă am **cancer la testicule**, trebuie să verific dacă trăiesc un sentiment intens din cauza pierderii unui **copil** sau a ceva la fel de preţios pentru mine. Este posibil să fi avut o situaţie în care unul dintre **copiii** mei a murit, fie din cauza unei boli, fie într-un accident sau după un avort. Sau poate fi vorba despre unul dintre **copiii mei** care a plecat "trântind uşa", pe care nu l-am mai revăzut niciodată. Deoarece acel copil a ieşit brusc din viaţa mea, pot trăi acea situaţie ca pe **o pierdere** a unei fiinţe dragi, ca şi cum ar fi murit. Un alt exemplu, în cazul unui om de afaceri care, din cauza unor investiţii de bani proaste şi-a pierdut compania "pe care o adusese pe lume" şi pe care o considera "copilul" său. Oricare ar fi situaţia, cu siguranţă m-am simţit vinovat din cauza unor acţiuni comise sau pe care "ar fi trebuit să le împlinesc" sau "cuvinte pe care nu ar fi trebuit să le rostesc" etc. Am impresia că am ratat un test sau am realizat greşit un proiect. Observ cum toate acestea îmi afectează în mod negativ percepţia asupra sexualităţii şi a virilităţii mele.

Oricare ar fi situaţia trăită, accept↓♥ **să conştientizez** sentimentele din interiorul meu, le accept pentru a mă ajuta să îmi vindec rănile, pentru a învăţa din nou să râd şi pentru a privi înainte spre viitor, în loc să mă întorc în trecut.

199. CANCER LA UTER (col şi corp) *Vezi şi: UTER*

Uterul reprezintă feminitatea, matricea originală şi **căminul matern,** mai ales **corpul uterin.** Eu, ca femeie, refulez anumite emoţii referitoare la **căminul** meu, la **familia** mea. Pot să mă simt vinovată, plină de ranchiună sau ură, dar nu vorbesc despre acest lucru, **căminul** reprezintă adeseori un ideal, fie că este legat de familie, fie de relaţia de cuplu. Am îndoieli referitoare la căminul meu şi la incapacitatea mea de a avea un copil, mai puţin legat de relaţia de cuplu. Am o supărare foarte mare, iar bucuria mea de a trăi este afectată. Acest tip de cancer este profund legat de principiile despre cămin, de atitudinile şi de comportamentele mele referitoare la acest subiect. Pot avea frici puternice, pot trăi o nesiguranţă, **furie** sau culpabilitate la ideea că acest cămin nu va fi aşa cum mi-l doresc eu sau că există riscul ca acest cămin să se destrame, ceea ce pentru mine ar reprezenta un eşec. Acest lucru implică o devalorizare faţă de ceea ce sunt şi ceea ce sunt în stare să realizez: cred că nu valorez nimic ! Oare îmi este teamă că voi retrăi în căminul meu eşecul pe care l-am văzut în căminul în care am crescut ?

Cancerul corpului uterin atinge adeseori femeile mai în vârstă, în perioada de menopauză. **Cancerul de col uterin** apare mai ales la femeile tinere. **Colul uterin** este partea care intră în contact cu sexul masculin în timpul relaţiei sexuale. Oare trăiesc o dependenţă nesănătoasă în relaţie cu soţul meu ? Am impresia că mă distruge sau mă omoară prin unele din atitudinile sale? Am tendinţa de a **îndura** evenimentele, având impresia că nu am nicio putere şi niciun control. Este posibil, de asemenea, să trăiesc o situaţie legată de sexualitatea mea, pe care o consider respingătoare şi mă simt obligată să îmi îndeplinesc datoria conjugală. Am impresia că mă **„exhib"**. Frustrările mele sexuale sunt mari, mă simt abandonată sau separată de soţul meu, chiar dacă, din exterior nu se vede nimic. Îmi este greu şi uneori chiar dureros să mă deschid în faţa partenerului meu, deoarece există ceva ce nu merge, în ideea de a avea un copil cu el. Este posibil să mă simt **deposedată** în faţa vieţii. Acest sentiment se regăseşte des în situaţiile de abuz sexual. Frica şi respingerea adevăratelor mele nevoi, **dorinţe** şi fantezii mă pot determina, de asemenea, să mă rup de o parte din mine, de care îmi este ruşine.

Trebuie să îmi **refulez** emoţiile. Trăiesc o dualitate faţă de noţiunea de **abstinenţă**, să o practic sau nu şi din ce motiv, aceasta este întrebarea ! Aş vrea să fiu **dorită**, dar în acelaşi timp îmi este frică de consecinţe. Aş vrea să îmi pun o **eşarfă** pe faţă pentru a mă ascunde de mine şi de ceilalţi.

Accept↓♥ să îmi schimb modul de a-mi percepe căminul, precum şi relaţia de cuplu. De asemenea, trebuie să armonizez felul în care mă percep pe mine faţă de rolul meu de mamă şi de femeie, pe toate planurile.

200. CANDIDA *Vezi şi: INFECŢII, INFLAMAŢIA MUCOASELOR*

Există mai multe tipuri de **candida.** Cea mai frecventă formă, la oameni este **candida albicans**. Deşi poate apărea şi la femei şi la bărbaţi, de obicei se întâlneşte în cazul femeilor. **Candida** este un cuvânt din latină care înseamnă **albă.** Este o infecţie vaginală provenită din proliferarea ciupercilor sub formă de levuri. Seamănă cu levurile albe şi scuamoase care se manifestă în urma unei disturbări a florei vaginale. Bacteriile din vagin controlează în mod normal **candida**, dar în acest caz situaţia se schimbă.

Această infecţie are legătură cu **angajamentul** faţă de sine sau faţă de partenerul meu, referitor la sexualitate, la situaţii, expresii şi emoţii ne-exprimate, provenite din conflicte personale anterioare. Îmi revizuiesc activitatea sexuală şi sexualitatea, deschiderea de a împărtăşi cu partenerul meu aspectele mele intime. Infecţia riscă să apară dacă, de exemplu, am un nou partener cu care am o relaţie foarte intimă. Există şanse să fiu mai deschisă în a dărui, a împărtăşi şi **a iubi**. Este ceva nou pentru mine şi am nevoie de ceva timp pentru a mă acomoda cu noua situaţie, chiar dacă **candida** se manifestă. **Candida** poate decurge, de asemenea, din sentimentul de a fi fost înjosită, de a fi abuzată sexual. Este **o formă de protecţie fizică şi sexuală,** deoarece iritaţia mă împiedică să fac **dragoste.** Ce mă irită atât de tare ? Verific aspectele interioare ale sexualităţii mele, care este disturbată şi găsesc adevărata cauză a iritaţiei fizice şi interioare. De unde provine frustrarea mea ? Trăiesc cu impresia că îi las pe ceilalţi să decidă asupra vieţii mele ? Trebuie să îmi asum riscul de a fi mai deschisă în faţa celorlalţi, mai ales în faţa celor de sex opus, sau trebuie să rămân închisă în cochilia mea ? De ce mă simt dată la o parte, simt că mă sacrific şi nu îmi ocup locul cuvenit ? Mi-e teamă că îmi voi pierde naivitatea, inocenţa, puritatea.

Accept ↓♥ să îmi ocup locul cuvenit în viaţa mea şi să mă respect. Trebuie să devin **candidatul** care va obţine victoria şi care va lua locul întâi. Îmi acord timp de a vedea şi a evalua ceea ce se întâmplă şi accept↓♥ **iubirea,** deschiderea şi răbdarea din interiorul meu, precum şi în cazul partenerului meu.

201. CANDIDOZĂ *Vezi: CANDIDA, INFLAMAŢIE, VAGINITĂ*

202. CANDIDOZĂ BUCALĂ *vezi şi GURĂ, CANDIDA, GÂT, INFECŢII*

Boală cauzată de paraziţi pe mucoasa bucală şi faringiană, aşadar în gură şi în gât. Este foarte frecventă la copii. Apare ca urmare a crizelor de plans ale copilului care îşi doreşte tandreţea şi mângâierile părinţilor. Dacă apare la un adult, nevoile mele sunt aceleaşi ca la un copil, numai că sunt ale copilului interior care îşi doreşte atenţie. Trăiesc un mare vid afectiv, mă simt incapail să comunic celorlaţi nevile mele, aş vrea ca ei să ştie ce îmi doresc. Sunt adesea frustrat şi agresiv. Am impresia că stagnez, deşi ştiu că am potenţial pentru a-mi realize proiectele.

Accept ↓ ♥să-mi recunosc potenţialul şi să materializez ideile pe care le am. Sunt capabil să-mi manifest înţelegerea şi bunătatea.

203. CANGRENĂ *Vezi: SÂNGE — CANGRENĂ*

204. CAP (în general)

Capul este centrul comunicării, *este în legătură cu* **individualitatea mea şi cu autonomia mea.** Este denumit şi "panoul de control". Pe aici trec toate emoţiile şi toate comunicările, prin intermediul celor cinci simţuri. Capul este cel care conduce totul.

Dacă am anumite dificultăţi sau afecţiuni la cap, este important să mă întreb dacă trăiesc un conflict legat de gândurile mele, de viaţa mea spirituală, de dezvoltarea mea personală sau de o realitate pe care nu vreau să o abordez. Acest lucru se explică prin faptul că, capul este format din oase, compuse din ţesut dur, simbolizând energia spirituală, oase care cuprind ţesutul moale şi fluidele, care simbolizează energia mentală şi emoţională. Dacă cele două aspecte sunt în armonie, va exista o fuziune între corpul şi spiritul meu. Totuşi, dacă sângele din cap nu circulă normal sau exercită o presiune, acest lucru indică faptul că am o dificultate în a exprima sau a primi **iubirea** şi orice sentiment pe care îl trăiesc (deoarece sângele transportă sentimentele în întreg corpul). Incapacitatea mea sau dorinţa mea prea mare de a controla totul, produce o durere la nivelul capului. Nu mă simt la înălţimea aşteptărilor şi nu îmi pot juca în totalitate, rolul de *şef.* Capul exprimă diferitele aspecte ale comunicării precum şi senzaţiile şi impresiile corpului pe care, le manifestă în exterior.

Accept↓♥ să învăţ să rămân deschis faţă de cei din jurul meu şi accept↓♥ mesajele care ajung la simţurile mele, prin tot corpul pentru a asimila lecţiile vieţii, care mă ajută să evoluez pe plan spiritual.

205. CAP (dureri de...)

Există mai multe cauze al durerilor de cap, precum stresul, tensiunea, atunci când mă forţez să "fiu" ceva sau "să fac" ceva. **Durerea de cap** apare des atunci când încerc prea tare, pe plan mental, să îndeplinesc ceva sau când sunt obsedat de ceea ce se întâmplă sau sunt neliniştit pentru ceea ce mă aşteaptă în viitor. Trăiesc multă ezitare, anxietate şi am multe griji. Sau pot reacţiona la o presiune puternică, exercitată de anumite situaţii sau de evenimentele exterioare. În general, **o durere de cap pe partea stângă** indică o problemă legată de relaţia mea cu aspectul feminin, cu latura de mamă, de fiică. **Pe partea dreaptă**, poate fi vorba despre dificultăţi legate de latura mea masculină, de roul de tată sau de fiu. Este posibil să trăiesc un sentiment puternic de eşec, de îndoială, de ură de sine, care dă naştere la critică şi, mai ales, la autocritică.

Sentimentul meu de loialitate este reevaluat. Sunt prins, închis în mintea mea, nu îmi place ceea ce văd, mă judec foarte sever şi îmi dau eu însumi "lovituri la cap". Durerea de cap pot proveni şi din negarea emoţiilor şi a gânduriloe mele, pe care le consider deplasate sau necorespunzătoare valorilor mele: fie nu am curajul să le exprim, fie nu le ascult pur şi simplu, deoarece sunt prea raţional, intelectualizez tot ceea ce trăiesc. "Este bine sau este rău !"Vreau să înţeleg totul, să merg prea repede, să ştiu sau să am răspunsuri la întrebările mele, imediat. Îmi "scotocesc creierii", fără să găsesc soluţia: este un stres permanent. M-am săturat, dar încă nu a venit momentul potrivit şi trebuie să îmi exersez răbdarea, simţul umorului şi încrederea, pentru ca totul să se întâmple la momentul oportun. **Durerea de cap** exprimă de multe ori emoţii negative, care sunt prinse în capcană, în mintea mea, precum nesiguranţa, confuzia, ambiţiile excesive, obsesia de a fi perfect etc. care produc o dilatare a vaselor de sânge. Până la urmă, îmi este frică să fac faţă unei realităţi, vreau să îmi găsesc o altă realitate şi să evadez în ea, de unde provine durerea de cap. Îmi reanalizez identitatea mea socială. Nevoia mea de a controla şi de a fi perfect mă face să vreau să ştiu dinainte ce se va petrece, în fiecare moment din viaţa mea. Îmi place să fac totul "după capul meu ", numai cum vreau eu. Îmi refuz spontaneitatea, care este o manifestare a dorinţelor **inimii♥** mele şi o înlocuiesc cu inflexibilitatea, mă simt obligat să planific totul dinainte: în loc să îmi ascult **inima♥**, îmi ascult **mintea**, care este suprasolicitată. Mă opun schimbărilor, mă încăpăţânez şi persist în ceea ce ştiu, în loc să fiu deschis spre noutate, prefer să stau pe loc, din cauza nesiguranţei mele. Expresia "a fi capul unei afaceri", arată faptul că este posibil să mă simt neputincios să conduc anumite evenimente, în direcţia pe care o vreau eu. O durere la nivelul **frunţii**, are legătură cu o situaţie la nivel peofesional sau cu rolul meu pe plan social; dacă durerea se situează la tâmple, în părţile laterale ale capului, este afectată mai mult latura emoţională (familia, cuplul). Indiferent care este cauza care o provoacă, **durerea de cap**, are legătură directă cu individualitatea mea şi trebuie să învăţ să fiu mai răbdător şi mai flexibil faţă de mine însumi şi faţă de ceilalţi.

Accept↓♥ să păstrez o distanţă faţă de ceea ce trăiesc şi astfel ideile mele vor fi tot mai clare. Învăţ să ajung la un echilibru între intelectul meu şi emoţiile mele. Astfel, voi fi în armonie cu mine însumi, mă voi simţi cu mintea mai relaxată şi mai limpede.

206. CAP — MIGRENE

Migrena se caracterizează printr-o durere puternică, care afectează de obicei, o singură parte a capului. Apare sub formă de criză şi poate fi însoţită de greaţă. În acest caz, forţa mea vitală este redusă. Am tendinţa de a mă retrage în colţul meu în loc să particip din plin la viaţă. **Migrenele** sunt asociate frecvent cu tulburări de vedere şi de digestie: nu mai vreau să văd şi nu mai vreau să diger ceea ce se întâmplă în viaţa mea. Există angoase, frustrări faţă de o situaţie în care sunt incapabil să iau o decizeie. Pot avea impresia că trebuie să fac ceva, că mi se cere să fac ceva. **Migrena** apare des, după ce am trăit o situaţie confuză, neclară. O schimbare în ritmul meu de viaţă implică o dificultate de adaptare din partea mea, poate, de asemenea, genera o **migrenă** (de exemplu, migrena "de weekend"). Migrena exprimă faptul că mă opun să fac ceva ce mi s-a cerut. Capul meu se "supraîncălzeşte" şi mă doare numai când mă gândesc la scopul pe care îl am de atins. **Capul** meu seamănă cu o oală sub presiune, presiunea fiind atât de mare încât nu mai ştiu ce soluţie sau ce atitudine să adopt. Presiunea poate proveni din dorinţa mea de a fi hiperresponsabil şi/sau performant, mai ales în muncă. Pot fi pasionat de ceva și îmi este greu să mă opresc, să nu mai fac acel lucru. Există un conflict între gândurile mele, intelectul meu, care este prea încărcat și nevoile mele, dorințele mele personale. Mă simt la înălțimea situației sau am impresia că sunt incompetent, mai ales pe plan intelectual ? De ce să îmi port pică sau să simt atât de multă ură ? Mă simt supravegheat tot timpul: când nu sunt ceilalți, eu sunt cel care supraveghează totul și care vrea să controleze totul, în viața mea. Simt că "îmi pierd capul" ! Dacă mă gândesc tot timpul la problemele mele, le întorc pe toate părțile, în mintea mea, ajung să uit că exist, că am emoții, care cer să fie exprimate. Am tendința de a nega realitatea și acest lucru îmi crește mult nivelul de stres. Trebuie să **conștientizez** faptul că vreau să fug de ceea ce mă deranjează sau că mă simt neînțeles și lipsit de **iubire**. Este important să identific emoția pe care vreau atât de mult să o refulez sau situația pe care vreau atât de mult să o uit și care creează o tensiune acută și constantă în interiorul meu, provocând **migrena. Migrenele** pot fi, de asemenea, legate de problemele mele sexuale, care apar la suprafață, unele fiind refulate, încă din copilărie. Este ca și cum ar exista o luptă între gândurile mele și sexualitatea mea, iar tensiunea "îmi urcă la cap". Am impresia că mintea mea va exploda. Este posibil să îmi pun întrebări legate de identitatea tatălui meu, într-o formă conștientă sau nu. Cadrul meu de viață trebuie adaptat la situația mea actuală, dar este greu să las la o parte ceea ce este familiar, pentru ceva necunoscut. Când **migrena** este localizată la nivelul **frunții**, mă întreb în ce situație mă simt diminuat, neputincios. Am nevoie să fiu mai performant, să găsesc o soluție; mă simt limitat în capacitățile mele, mai ales în cele intelectuale. Trebuie să înțeleg că, atunci când am o **migrenă**, am o **conștientizare** făcut, trebuie să schimb anumite lucruri și trebuie să fiu capabil să le schimb, adică să acționez. **Migrena** îmi dă un timp de repaos, o posibilitate de obține mai multă **iubire** și mai amultă atenție.

Accept↓♥ să privesc realitatea în față. Las evenimentele să circule libere în viața mea și primesc în schimb bucurie, pace și armonie. Fiind mai flexibil și mai înțelegător, față de mine însumi, mă simt mai relaxat și pot să plutesc, să zbor unde vreau eu, ca un balon.

207. CARDIACĂ (criză...) *Vezi: INIMA ♥— INFARCT [... DE MIOCARD]*

208. CARIE DENTARĂ *Vezi: DINȚI — CARIE DENTARĂ*

209. CAROTIDĂ *Vezi: SÂNGE — ARTERE*

210. CATARACTĂ *Vezi: OCHI — CATARACTĂ*

211. CĂDERE DE PRESIUNE *Vezi: TENSIUNE ARTERIALĂ — HIPOTENSIUNE (TENSIUNE PREA MICĂ)*

212. CĂI BILIARE *Vezi: VEZICA BILIARĂ*

213. CĂLCÂI

Călcâiul simbolizează trecutul pe care mă sprijin, pe care mă așez. O **durere la călcâi** indică faptul că sufăr de o angoasă, că mă simt neînțeles și **nu sunt sprijinit în lucrurile pe care le fac**. Călcâiul fiind punctual de sprijin al corpului meu, o durere în acest loc denotă faptul că trăiesc o incertitudine față de viitorul meu. Mă simt nehotărât și nesatisfăcut de mine sau de viața mea și mi se pare că îmi pierd controlul asupra corpului meu. Deoarece întreg corpul se sprijină pe **călcâie,** este posibil să simt nevoia de a avea un sprijin solid în viață, pentru a putea continua să înaintez în siguranță. Poate las pe cineva să îmi consume toată energia *"el sau ea mă calcă pe călcâie"*. Mă simt tot timpul supravegheat de șeful meu. Mă agăț de trecut. Mă simt un nimic. Existența mea este foarte nesatisfăcătoare și am de multe ori senzația că mă roade stomacul, deoarece sunt o mulțime de lucruri care nu îmi convin și pe care îmi este greu să le diger. Port greutatea pe umerii mei, neștiind cum să îmi exprim limitele și fiind deconectat de puterea mea interioară. Mă simt obligat să frânez tot timpul, să mă opresc. În cazul în care este afectat **calcaneul** (osul voluminos, care formează călcâiul), înseamnă că trăiesc o reevaluare intensă a rațiunii mele de a fi și mă întreb cine sunt cu adevărat. Îmi trăiesc propria viață sau o imit pe a altcuiva ? Care este situația față de care sunt **recalcitrant**, de care vreau să fug și din care vreau să mă extrag ?

Accept↓♥ să am încredere în mine și avansez în deplină siguranță. Îmi ocup locul cuvenit. Las la o parte trecutul și mă întorc spre viitor, ascultându-mi vocea interioară, care știe foarte bine de ce anume am nevoie.

214. CĂLDURĂ (acces de CĂLDURĂ...) *Vezi: FEBRĂ*

Accesele de căldură pot apărea în urma expunerii prelungite la soare, fie la plajă, fie practicând un sport în aer liber, în urma unei încălziri excesive iarna sau când sunt într-o încăpere mică și neaerisită. Pot să resimt o slăbiciune musculară generală, pielea uscată și care arde, fața cenușie și ochii cu cearcăne.

Pe plan metafizic, căldura poate fi asociată fie cu **iubirea** când este vorba de vindecare, deoarece există mai multă energie care circulă, fie cu furia atunci când este vorba despre febră și arsuri. În acest caz, accesul de căldură reprezintă culpabilitate față de **iubire** și este în legătură cu un sentiment de lipsă de respect de sine. Am nevoie să iubesc și să fiu iubit, dar nu reușesc să găsesc modalitatea de a face acest lucru, de a umple acest gol interior care există în mine și de a neutraliza această insatisfacție. Mă simt lipsit de afecțiunea care este disponibilă, dar care nu ajunge până la mine. Poate fi vorba despre părinții mei, care locuiesc aproape de mine, dar care nu îmi acordă semne de afecțiune. Pot compensa această luptă, de exemplu, printr-o expunere prelungită la soare, care îmi conferă un oarecare confort pe moment. Întreg corpul îmi arată nevoia urgentă de a împlini această **iubire.**

Accept↓♥ să văd cum pot să amplific respectul de sine sau cum pot integra o situație care m-a afectat când eram copil și care acum iese la suprafață. Iubesc viața și viața îmi dă la rândul ei iubire.

215. CĂLDURI (a avea...) *Vezi: MENOPAUZĂ*

216. CĂSCAT

Căscatul este "un reflex de imitare naturală", mai mult sau mai puțin acceptat↓♥ în societate, în funcție de obiceiurile fiecăruia. Este "natural" deoarece nu există un tratament medical pentru a-l îngriji. Este o "imitare" deoarece are loc în mod impulsiv și inconștient, în cazul unei persoane care vede pe altcineva căscând. Este un semn de somnolență, de oboseală, de epuizare și exprimă faptul că am nevoie să îmi refac forțele. Poate fi și un semn de insatisfacție alimentară, mi se întâmplă să **casc**, când nu am mâncat destul sau dacă digestia mea este prea lentă. Cine mă plictisește și pe cine nu diger în viața mea ? Sau mă plictisesc atât de tare încât nu mă mai suport pe mine însumi ? Mă plictisesc și exprim acest lucru, în mod inconștient, când sunt singur și mă uit la televizor sau când sunt cu cineva care nu îmi place. "Vreau să fiu lăsat în pace !" Îmi exprim insatisfacția. Vreau să resping inamicul, vreau să mă apăr. Nu vreau ca ceilalți să se apropie prea tare de mine !

Căscatul face parte din viață și îl accept↓♥ cu iubire și deschidere. Este important să lași să se exprime această formă de expresie corporală, care mai de mult era criticată de educație. Renunț la rezistența mea și îi las pe ceilalți să se apropie de mine și să se ocupe de mine.

217. CEAFĂ (... rigidă) *Vezi și: COLOANĂ VERTEBRALĂ, GÂT*

Ceafa este regiunea corpului pe unde trec toate energiile (undele) pentru a se repartiza apoi în întreg corpul. **Ceafa** se află în vârful coloanei vertebrale. Coloana este susținerea, structura corpului. Prin urmare, **ceafa** este ca un pivot al capului. **Ceafa** mă ajută să văd toate fațetele unei situații.

Dacă este flexibilă, pot fi pe deplin deschis față de cei din jurul meu și pot face față exigențelor. Corespunde încrederii mele în mine. Dacă îmi este teamă că mi se va întâmpla ceva rău, imprevizibil, **ceafa** va fi afectată în acest caz. Sau dacă trăiesc o nedreptate sau văd undeva o nedreptate, **ceafa** va reacționa. Este posibil să mă aflu într-un moment al vieții în care nu mai știu încotro să mă îndrept. Există multe surprize și elemente imprevizibile, mai ales pe plan familial și am tendința de a juca rolul martirului. **Ceafa rigidă** este semnul unui refuz sau al unei acumulări de energie. Capul nu se mai poate întoarce în diferite direcții. Pot avea impresia că nu am susținere și am tendința de a fi încăpățânat și rigid în felul meu de a gândi și de a face lucrurile cum vreau eu. Acest lucru mă face să fiu pasiv, să evit să merg înainte și să acționez. Trebuie să las să circule aceste gânduri, care îmi blochează mintea și care nu cer decât să fie îndeplinite de corpul meu fizic. Am impresia că nu am toate calitățile necesare pentru a-mi realiza dorințele și ideile, care riscă să rămână în stare de "proiect" sau de "vis nerealizat". Dacă **ceafa** mea, ca pivot, se sprijină de valorile sau principiile exterioare, va fi mai slăbită. **Ceafa** îmi ajută capul să privească diferitele opțiuni ale vieții sau diferitele imagini care apar în fața mea. Este important să privesc cu **iubire** aceste imagini, fără să critic sau să judec, în libertate, ca pe un fluviu care lasă apa să circule într-o mișcare continuă, fără constrângeri sau restricții.

Accept↓♥ diferitele senzații care vin spre mine și le las să circule liber. Accept↓♥ de asemenea, toate bogățiile ce se află în mine, nu mai mai ocup de ceea ce cred ceilalți despre mine, deoarece acum sunt conștient de tot potențialul care există în mine.

218. CEARCĂNE (LA OCHI...) *Vezi: OCHI — CEARCĂNE*

219. CECITATE *Vezi: OCHI [DURERI DE...]*

220. CEFALEE *Vezi: CAP [DURERI DE...]*

221. CELULITĂ

Celulita este caracterizată prin inflamarea țesutului celular subcutanat. Celulita este de obicei de natură feminină (deși apare și la bărbați) și se manifestă prin reținerea apei și creșterea distribuirii neregulate a toxinelor și a grăsimilor în zona feselor, coapselor, pe abdomen, ceafă, spate etc. Celulita are legătură cu anxietatea, cu aspecte din mine pe care le rețin, cu emoții refulate, regrete și resentimente pe care le păstrez. Este legată de angajamentul față de mine însămi sau față de altcineva. Îmi este teamă să mă angajez pe deplin în relație cu persoana pe care o iubesc și refuz să merg mai departe. Această teamă își poate avea originea într-o situație de abandon pe care am trăit-o. Refuz să îmi revăd o parte din copilărie, deoarece am fost rănită și marcată de anumite evenimente traumatizante, care mă afectează încă și astăzi și care îmi înfrânează creativitatea și inima♥ mea de copil. Celulita apare mult mai des la femei decât la bărbați, deoarece femeile sunt preocupate mult mai devreme, din copilărie chiar de aparență, de siluetă, pe care o doresc perfectă, conform normelor societății. În cazul celulitei, ca femeie, mă simt ca o "portocală strivită". Mă consider urâtă, inferioară și am tendința de a dezvolta relații de dependență cu ceilalți. Aspectul estetic este extrem de important. Îmi rețin partea creativă și mă intoxic pe mine însămi, îmi închid toată această energie care vrea să se exprime, fie prin artă, fie prin comunicare sau sexualitate. Crupa de cal îmi arată cât de mult mă simt obligată să veghez asupra copiilor mei (sau cei pe care îi consider ca pe copiii mei) pentru ca ei să aibă tot ce este mai bun. Îmi arată cât de mult vreau să îmi protejez puterea în calitate de femeie (feminitatea) și cât de teamă îmi este că voi fi abandonată. Celulita îmi arată modul pasiv în care îmi trăiesc viața. Mă las manipulată de ceilalți în loc să fiu mai activă în alegerile și în acțiunile mele. Am o nesiguranță foarte mare, îmi este teamă că îmi voi pierde "oaza mea de liniște".

Accept↓♥ să identific sentimentele care mă împiedică să merg mai departe și să le integrez treptat în viața mea de zi cu zi. Îmi recunosc adevărata valoare, îmi manifest creativitatea. Astfel las energia să circule liber în corpul meu.

222. CHARCOT (boala lui...) SAU SCLEROZA LATERALĂ AMIOTROFICĂ

Boala lui Charcot[14] sau **scleroza laterală amiotrofică**, este o boală degenerativă a sistemului nervos care afectează mai ales bărbații. Dacă sufăr de această boală, mă devalorizez tot timpul și ajung să cred că nu pot îndeplini nimic în viață și că nu voi avansa niciodată pe plan profesional. Stagnez cu vechile suferințe, pe care le păstrez cu grijă, pe care le alimentez și le întrețin de-a lungul anilor. Îmi produc astfel o violență interioară, totul mă neliniștește, mă sint în nesiguranță, devin hipertensionat și nervos. Nu am încredere în nimeni și mai ales în mine. Cred că sunt supravegheat, **urmărit**, și că cineva mă **filează.** Mă otrăvesc cu atitudinile mele negative și sunt foarte inflexibil.

Accept ↓♥ să cer ajutor, să am încredere într-un terapeut care mă poate ajuta să mai reduc din surplusul de suferință pe care îl car după mine.

Accept↓♥ să îmi creez viața într-un mod pozitiv. Recunosc faptul că sunt o ființă unică și am tot potențialul necesar pentru a atinge scopurile pe care mi le fixez. Dacă îmi reconstruiesc o imagine pozitivă despre mine, corpul meu va face la fel.

223. CHEAG DE SÂNGE *Vezi și: SÂNGE COAGULAT, TROMBOZĂ*

224. CHERATITĂ *Vezi: OCHI— CHERATITĂ*

225. CHIST *Vezi și: OVARE [AFECȚIUNI ELE...], TUMORĂ*

Un **chist** este o cavitate aflată într-un organ sau țesut. Conține o substanță lichidă, moale sau uneori solidă, limitată printr-un perete propriu. Un **chist** poate apărea atunci când am remușcări față de un proiect, o dorință, pe care nu o pot realiza. Mă "umflu", acumulez informații, tot felul de cunoștințe, pentru un proiect pe care nu îl pot duce la termen: acestea au rămas prizoniere în corpul meu și în mintea mea și devin "un chist care blochează energia vitală". Rămân atașat de anumite experiențe din trecut. Am o durere tot timpul, provenită din refuzul de a ierta. **Chistul** poate corespunde de asemenea unei solidificări de atitudini și de modele mentale, care s-au acumulat inconștient într-o anumită perioadă. Acestea îmi pot folosi ca barieră de protecție, mă păstrează închis într-un cadru bine delimitat și mă protejează pentru a nu face față anumitor persoane sau situații. Sau au rolul de a îmi pune o frână, de a mă împiedica să merg înainte, deoarece îmi este greu să fiu deschis în fața altor opinii. Ego-ul meu poate fi foarte rănit și **ranchiuna** mea se întărește pentru a deveni un **chist.** Sentimentul meu de neputință mă face să mă îmbib de toată această durere, această ură uneori și chiar dorința de a mă răzbuna pe cineva. Vreau să îmi fie recunoscut potențialul, dar acest lucru întârzie să se întâmple. Joc rolul victimei mult timp, dar acum sunt **conștient** de faptul că doar eu singur îmi pot crea viața așa cum vreau. Sunt în căutarea puterii mele creatoare. Am tendința de a mă închide în mine și refulez totul în interiorul meu până când ajung la un prea plin și acesta se transformă în **chist.** Evit un conflict în loc să îi fac față. Când trăiesc și o frică puternică sau un pericol de moarte, chistul poate deveni **canceros.**

Accept↓♥ să las energia să circule liber prin mine. Am încredere în faptul că îmi pot realiza proiectele și caut soluțiile pentru a face totul să "curgă" în viața mea. Mă iert, mă iubesc, mă îndrept spre viitor, sunt împăcat. Îndrăznesc să spun adevărul. Îmi eliberez toate acele emoții **închistate.** Prin gândurile mele negative, îmi atrag evenimente negative, de acum înainte, voi semăna doar gânduri frumoase și cuvinte frumoase pentru ca, până la urmă, să creez viața la care visez. Sunt creatorul vieții mele și merg mai departe cu încredere.

226. CHLAMYDIA (infecție cu ...) *Vezi: BOLI VENERICE*

227. CICATRICE *Vezi: PIELE — CICATRICE*

228. CICLU MENSTRUAL (dureri de...) *Vezi: MENSTRUAȚIE [DURERI DE...]*

229. CIFOZĂ *Vezi: COLOANĂ VERTEBRALĂ [DEVIAȚIE A...], SPATE [DURERE DE...]*

230. CINEPATIE *Vezi: RĂU DE TRANSPORT*

231. CINETOZĂ *Vezi: RĂU DE TRANSPORT*

232. CIRCULAȚIE SANGUINĂ *Vezi: SÂNGE — CIRCULAȚIE SANGUINĂ*

233. CIROZĂ (... a ficatului) *Vezi: FICAT — CIROZĂ [... A FICATULUI]*

234. CISTITĂ *Vezi: VEZICĂ — CISTITĂ*

235. CISTOCEL *Vezi: PROLAPSUS*

236. CIUPERCI *Vezi: PICIOARE — MICOZĂ*

237. CIUPERCI HALUCINOGENE (consum de...) *Vezi: DROGURI*

238. CLAUDICAȚIE (mers șchiopătat) *Vezi și: SISTEM LOCOMOTOR*

Claudicația se caracterizează printr-o neregulă a mersului. Cauza poate fi musculară, neurologică, legată de o paralizie sau de amorțeala unui picior, a unui genunchi sau șold. În acest caz, ceea ce este sigur este faptul că, în viața mea lucrurile nu "merg" așa cum aș vrea eu, mai ales pe plan sexual. Există ceva ce **"șchioapătă"**. Sunt în dificultate într-o situație în care trebuie să acționez sau să iau o decizie. Vreau să merg înainte, dar există frici care mă împiedică să avansez într-un mod armonios. Dacă merg **cu picioarele înapoi,** mă îndrept spre o direcție, dar nu vreau să fac acest lucru.

Accept↓♥ să îmi identific fricile și astfel pot aduce mai multă armonie în viața mea și voi avea un mers mai regulat.

---

[14] **Charcot** (Jean-Martin): neurolog francez (1825-1893). A contribuit, prin studiile sale despre isterie și despre hipnoză, la dezvoltarea patologiei nervoase și a descoperit localizarea mai multor centri cerebrali responsabili de funcții specifice

239. CLAUSTROFOBIE *Vezi și: ANGOASĂ*

Claustrofobie provine de la cuvântul din limba latină "claustra" care înseamnă închidere. De la acest cuvânt derivă *claustralis-claustrale*, cu sensul "ceva care închide". Când sufăr de o astfel de afecțiune înseamnă că există o frică irațională de a fi sufocat sau prins într-un spațiu închis (ascensor, avion, peșteră sau tunel) în care nu am niciun control asupra a ceea ce se întâmplă. Din această cauză sufăr de **claustrofobie,** angoasa de a trăi în locuri "închise" singur sau cu alte persoane.

Angoasa își poate avea orginea în momentul nașterii mele, când a trebuit să trec prin "tunelul" colului uterin. Este posibil să fi captat frica mamei mele din acel moment. Frica poate proveni, de asemenea, din momentul în care mă aflam în uter, un loc închis și sigur, iar contracțiile m-au forțat să ies, lucru care mi-a stârnit o frică puternică față de necunoscut, de ceea ce s-ar putea întâmpla. Când mă aflu din nou într-un spațiu închis îmi reamintesc frica aceea puternică pe care am înscris-o în mine. Am impresia că sunt **prizonier** și **închis** într-o situație în care sunt complet neputincios. Ce trebuie să fac? Verific mai întâi dacă această frică nu provine dintr-o credință pe care o am, dintr-o fixație mentală, care provine din primii ani de viață. De obicei, această fobie provine dintr-o "teamă sexuală" care a apărut în timpul copilăriei. Nu înseamnă neapărat că am trăit o situație de abuz sexual în copilărie, ci mai degrabă de faptul că acea frică a fost înregistrată în memoria mea afectivă și m-am simțit prins sau mi-a fost teamă că voi fi prins în acea situație, cu caracter sexual. Astăzi îmi rețin frecvent pulsiunile sexuale, lucru care îmi alimentează culpabilitatea.

Accept↓♥ să trec la acțiune și să mă eliberez de această culpabilitate prin mijloacele care îmi convin cel mai bine. Adeseori este indicată o psihoterapie pentru a curăța memoria emoțională și a mă ajuta să am o libertate interioară mai mare. De asemenea, pot să îmi pun întrebarea: când mă simt prins și mă sufoc, este posibil să îmi reprim emoțiile și să mă simt prizonierul acestora ? Am nevoie să îmi exprim creativitatea, dar emoțiile mă împiedică ? Am nevoie să respir, am nevoie de spațiu, dar oare îmi dau dreptul să exist, să mă afirm, să ocup locul care îmi revine ? Dacă reușesc să îmi respect nevoile, dacă îmi ocup locul care mi se cuvine și mă respect pe mine și pe ceilalți nu voi mai avea nevoie să fug și mă voi simți bine oriunde m-aș afla.

Accept ↓♥ să îmi reiau locul pe care l-am abandonat. Afirm cine sunt. Îmi recapăt spațiul vital. Îmi recunosc toate emoțiile pe care le trăiesc, fără să mă judec. Îmi exprim latura creativă: acest lucru mă ajută să trăiesc la nivelul **inimii♥** mele și să fiu cu adevărat în contact cu esența mea divină.

240. CLAVICULĂ (durere de..., fractură a...) *Vezi și: UMERI, OASE — FRACTURĂ*

Clavicula este un os lung, în formă de **S** alungit, situat între umăr și stern, deasupra toracelui. Deoarece **clavicula** este legată direct de umăr, o durere de **claviculă** înseamnă o furie față de responsabilitățile care mi se atribuie și față de care pot avea un sentiment de supunere și de obligație. Uneori pot încerca să exprim idei bune, dar nu reușesc să le materializez. Cel mai adesea, **o fractură de claviculă** apare în urma unei căzături pe umăr și arată faptul că trăiesc o presiune puternică în legătură cu responsabilitățile mele. Emoția acumulată mă face să cred că mă voi "rupe" sub greutatea responsabilităților mele și acest lucru mă revoltă. Vreau să fug, să evadez. Dar nu pot nici să vorbesc, nici să reacționez. Mă simt supus în fața unor decizii care mi-au fost impuse. Reanalizez imaginea autorității. Mă aflu într-un impas, sunt înțepenit în fața unui zid. Viața nu mai curge în mine: îi opun rezistență sau o resping !

Accept↓♥ să privesc situațiile cu obiectivitate și încep să înțeleg faptul că viața nu îmi poate da mai multă responsabilitate decât pot duce. Am încredere și mă străduiesc să găsesc soluții sau un alt punct de vedere care mă va ajuta să îmi gestionez mai bine viața.

241. CLEPTOMANIE *Vezi și: DEPENDENȚĂ, NEVROZĂ*

Dacă, într-un mod compulsiv, sunt tentat să comit furturi fără un motiv utilitar, sufăr de **cleptomanie.** Trăiesc o tensiune care provine dintr-un gol interior, legat de un sentiment de culpabilitate. Astfel, pentru mine, scopul scuză mijloacele și este ca și cum mi-aș fixa provocarea de a-mi însuși ceva ce este interzis. După ce fac acest lucru mă simt eliberat, chiar dacă pot avea și remușcări. Este posibil ca, inconștient, să sper că voi fi prins asupra faptului, deoarece pentru mine este o modalitate de a atrage atenția. Faptul de a face un gest interzis este pentru mine o modalitate de a-mi manifesta revolta față de autoritate și de a "brava". Această autoritate, pe care nu o acceptam↓♥ în copilărie, era fie cea a tatălui meu, fie a mamei mele sau a unei persoane care se ocupa de educația mea. Gândurile sunt atât de dezordonate încât, acest lucru se manifestă prin lipsa unui control asupra gesturilor. Îmi folosesc carisma pentru a sustrage sau a-mi procura lucruri care nu îmi aparțin, în loc să o folosesc pentru a transmite un mesaj pozitiv și de speranță, prin cuvintele mele, de exemplu.

Accept↓♥ să urmez o terapie pentru a putea identifica acel gol interior sau acea revoltă față de autoritate și de a putea aduce **iubire** în acea situație. Astfel voi trăi o mai mare pace interioară și ceilalți "se vor purta mai frumos cu mine".

242. COAGULARE DEFICITARĂ *Vezi: SÂNGE COAGULAT*

243. COAPSE (în general) *Vezi și: PICIOARE / [ÎN GENERAL] / [DURERE DE...]*

Coapsele conțin grupul de mușchi care reprezintă mișcarea și forța de a merge înainte. **Coapsele** puternice indică o persoană bine înrădăcinată în pământ, care are mari rezerve de energie pe care le poate folosi pentru **evoluția sa spirituală.** Aceste "rezervoare" naturale indică, de asemenea, starea de spirit. Astfel, dacă stau inactiv prea mult timp, risc să acumulez rezerve inutile. Pot să vreau să fac ceva, dar nu pot sau nu vreau să mă forțez să fac lucruri care nu îmi convin. Îmi este teamă să îmi ocup locul cuvenit, consider nedrepte mai multe situații pe care le-am trăit în copilărie, mai ales față de părinții mei, pe care nu i-am acceptat↓♥ și față de care am multe **resentimente.** Este posibil să fi fost obligat să mă despart de cineva drag. Iar faptul de **a-mi lipsi** ceva poate fi ceva înspăimântător pentru mine! Prin urmare fac "rezerve"! Continui să vehiculez aceste gânduri **inconştiente** şi să transport tot acest material în exces, în coapse. Adeseori am impresia că "este prea târziu" pentru a face sau a spune ceva. "M-am desconsiprat: s-a descoperit un secret sau o informaţie pe care aş fi vrut să le păstrez pentru mine. Simt furie, **resentiment** şi frustrare deoarece am impresia că lucrez fără prea mare succes. Dacă am coapse groase, "grăsuţe" (şi foarte lipite una de alta) îmi blochez inconştient energia din acel loc şi sexualitatea mea riscă să se schimbe deoarece energia stagnează la nivelul bazinului. Pot să am impresia că astfel pot fi atins mai puţin şi că îmi pot ascunde emoţiile cele mai profunde sub acea grăsime sau muşchi. Poate exista un soi de baraj de rezistenţă mentală care mă împiedică să îmi exprim din plin sau să îmi găsesc direcţia potrivită. A sosit timpul să mă eliberez şi să las să treacă această energie a **iubirii** care vrea să se exprime.

Accept↓♥ să las să curgă această energie spre coapse şi spre picioare care au nevoie de ea, lucru care mă va ajuta să prind rădăcini în pământ, să fiu mai solid şi să am astfel un echilibru mai mare între partea mea spirituală şi cea fizică. Acest lucru mă ajută să dispară depresia de care sufăr. Corpul meu se echilibrează şi mă eliberez de ranchiuna acumulată din copilărie. Chiar dacă, uneori am impresia că sunt închis, îmi analizez bunurile materiale şi le accept↓♥ pentru aceea ce sunt în această lume, adică nişte instrumente care servesc universul.

244. COAPSE (durere de...) *Vezi: PICIOARE — PARTEA SUPERIOARĂ*

245. COASTE

Coastele fac parte din cutia toracică. Ele protejează inima şi plămânii (organe vitale) împotriva loviturilor, a rănilor exterioare şi a agresiunilor.

O **coastă** ruptă sau sucită indică faptul că protecţia mea este diminuată şi sunt vulnerabil în faţa presiunilor exterioare, a **iubirii**, a autonomiei mele şi a dorinţei de spaţiu. Mi-am depăşit limitele şi m-am lăsat "înghiţit" de ceilalţi. Mă simt prins între mine însumi (partea spirituală şi emoţională) şi lumea fizică în care trăiesc. Mă simt fragil şi deschis la toate formele de atac. Pot să am impresia că nu deţin controlul asupra vieţii mele, că nu mai am resurse şi sunt expus pericolelor. **Contuziile** apar în momentele de oboseală mare şi de slăbiciune, mai ales când te simţi rănit de viaţă: este o urmă fizică a unei epuizări interioare. Vreau să-mi ţip durerea şi supărarea... Dacă îmi **rup** sau **sucesc** o coastă, înseamnă adeseori că trăiesc o situaţie aparte cu cineva din familia mea. Este vorba de obicei de o situaţie în care mă compar cu altcineva: nu mă simt la înălţime, la acelaşi nivel. Mă subestimez sau am impresia că ceilalţi sunt cei care mă subestimează. "Oare sunt respectat şi iubit cu adevărat?" În funcţie de amplasarea coastei afectate am mai multe indicii despre persoana în cauză. Dacă este vorba despre **coastele inferioare** este posibil să existe un conflict cu un copil sau un nepot (descendenţii). În cazul în care este afectată **coasta laterală, mijlocie**, este vorba

de o situaţie conflictuală în relaţie cu un frate, o soră sau văr/verişoară, iar în cazul **coastelor superioare** este vorba despre relaţia cu un părinte sau un bunic (ascendenţii). Dacă partea din faţă sau sternul sunt afectate înseamnă că există ceva legat de viitorul meu, care creează o tensiune sau mă nelinişteşte, de exemplu în faţa unor situaţii în care proiectele mele nu se pot realiza din cauza unor interdicţii din partea unor autorităţi. Dacă este afectată partea centrală sau laterală, situaţia este în prezent. Iar dacă este vorba despre partea din spate, posterioară înseamnă că există sentimente din trecutul meu care încă mă afectează foarte tare. Identific situaţiile care creează o presiune puternică. Mă întreb care este persoana sau situaţia care a exercitat o presiune atât de mare asupra mea sau a coastelor mele încât sunt pe punctul de a se rupe (fractură sau entorsă). Trebuie să mă îndepărtez, să mă detaşez de acea sursă de presiune, deoarece nu mai suport. Trebuie să mă întreb cine îmi impune această presiune: ceilalţi sau eu însumi? ... Îmi caut locul în societate şi trăiesc o dualitate între imaginea pe care trebuie să o afişez şi ceea ce sunt cu adevărat. Rămân la acest nivel superficial sau decid să trăiesc conform valorilor mele profunde?

Încerc să "am o cotă" bună în faţa celorlalţi? Nu am încredere în mine şi am tendinţa de a mă revolta. Sunt mai degrabă rigid, în loc să îmi ascult vocea interioară şi trăiesc într-un mod spontan.

Accept↓♥ să privesc evenimentele cu simplitate, să exprim sincer ceea ce simt, ascultându-i în acelaşi timp şi pe ceilalţi. Acum ştiu că, comunicarea este un instrument care mă ajută să mă respect, respectându-i în acelaşi timp pe ceilalţi. Încetez să mă mai compar cu ceilalţi şi accept↓♥ să fiu eu însumi. Sunt singura persoană care poate avea putere asupra mea!

246. COATE (ÎN GENERAL) *Vezi şi: ARTICULAŢII*

Coatele reprezintă libertatea de mişcare, flexibilitatea, uşurinţa de a schimba direcţia în situaţii noi sau în experienţele de viaţă. Se referă la ambiţie, posesiune, muncă şi lene. Reprezintă articulaţia suplă şi flexibilă a braţelor, care face posibilă creativitatea şi exprimarea graţioasă a gesturilor mele cotidiene, care mă ajută să trec de la dorinţă la realizarea acesteia. Coatele mă ajută la primirea ideilor noi, la a căuta în interiorul meu pentru a alege direcţiile cele mai potrivite pentru mine. Dacă am **coate** puternice şi flexibile, pot să îndeplinesc sarcini importante. O durere sau rigiditate a coatelor înseamnă o lipsă de flexibilitate, frica de a mă simţi "prins" sau înghesuit într-o situaţie neplăcută. **Coatele** fiind legate de acţiune, reflectă faptul că, pot fi rigid şi pot judeca oamenii care au un mod de gândire diferit de al meu şi care pot să mă facă să îmi reanalizez propriile mele obiceiuri. Am nevoie să fiu ordonat şi atunci când rutina mea este afectată, confuză, coatele mele vor reacţiona. Este posibil să îmi fie teamă că sunt incompetent într-un domeniu important pentru mine şi, prin urmare, să nu îmi pot susţine familia. Mă opun să aleg o nouă direcţie şi îmi blochez, inconştient energia **inimii♥**, lucru care afectează articulaţia cotului. Mă simt obligat să fac lucruri împotriva voinţei mele. Mă retrag în mine însumi, deoarece nu am încredere în oamenii din jurul meu. Rămân la ideile mele vechi, în loc să fiu deschis la idei noi. Mă agăţ de ceea ce am, deoarece îmi este teamă de noutate şi de necunoscut. Chiar dacă uneori îmi este teamă să mă las influenţat, mă simt împins de către o altă persoană, trebuie să „strâng coatele pentru a mă proteja". **Coatele** sănătoase mă ajută să pot strânge pe cineva în braţe, cu putere.

Accept↓♥ să aduc mai multă energie pentru a face ceea ce vreau şi îndrăznesc să îmi exprim mai mult emoţiile. Astfel viaţa şi schimbările ei numeroase mi se par mai uşor de acceptat↓♥. Mă abandonez mai uşor şi viaţa are grijă de mine aşa cum merit. Rămân deschis faţă de **iubire**, ceea ce mă ajută să trăiesc. Trăiesc experienţele cotidiene fără agresivitate, cu flexibilitate şi deschiderea spiritului. Accept↓♥ să caut în interiorul meu pentru a găsi toate răspunsurile la întrebările mele şi accept↓♥ noile direcţii pe care le ia viaţa mea ca pe nişte provocări pe care le am de trecut, ştiind că, cadourile vor fi la fel de mari ca şi eforturile depuse.

247. COATE — EPICONDILITĂ

Cunoscută mai mult sub denumirea de ***tennis-elbow***, în medicina sportivă, **epicondilita** este o inflamaţie la nivelul articulaţiei **cotului. Coatele** îmi conferă flexibilitatea necesară în schimbarea direcţiilor. În cazul unei inflamaţii, trebuie să **conştientizez** faţă de ce anume sau de ce opun o anumită rezistenţă. Este posibil să fiu frustrat din cauza unor evenimente repetitive care apar în viaţa mea şi am impresia că trebuie să amortizez loviturile primite. Pot avea impresia că fac un efort mai mare decât ceilalţi pentru a îndeplini sarcinile cotidiene sau pentru a atinge anumite rezultate şi nu primesc încrederea pe care o merit. Sunt foarte impulsiv în acţiunile mele. Deoarece am tendinţa de a uita lecţiile învăţate în trecut, am tendinţa de a face aceleaşi greşeli. **Epicondilita** poate fi o indicaţie a faptului că există ceva ce nu reuşesc să realizez sau ceva ce sunt obligat să fac şi nu îmi convine acest lucru. Trăiesc multă furie faţă de o situaţie şi îmi vine să lovesc pe cineva, dar mă abţin.

Accept↓♥ să renunţ la vechile mele idei şi la vechile mele modele pentru a alege cea mai bună direcţie pentru evoluţia mea. Accept↓♥, de asemenea, să las să circule **iubirea** în evenimentele care apar în viaţa mea.

248. COCAINĂ (consum de...) *Vezi: DROGURI*

249. COCCIS *Vezi: SPATE [DURERE DE...]*

250. COCOŞAT *Vezi: UMERI LĂSAŢI*

251. COL UTERIN (cancer de...) *Vezi: CANCER LA UTER [COL SI CORP]*

252. COLESTEROL *Vezi: SÂNGE — COLESTEROL*

253. COLICA NEFRETICĂ

Colica nefretică este o durere violentă în zona lombară, care iradiază spre vezică şi coapse, provocată de o obstrucţie a uretrei. Se datorează, de obicei, migrării unui calcul sau a unui corp străin de la rinichi spre vezică, prin uretre.

Se manifestă frecvent atunci când trăiesc o situaţie în care am fost foarte abătut din cauza a ceea ce am văzut, am aflat, am auzit etc. Această situaţie mă copleşeşte atât de tare încât toate valorile mele sunt pe care să se prăbuşească brusc. Există ceva care a rămas blocat şi îmi face rău. Reanalizez totul şi, de multe ori, este vorba despre relaţia cu partenerul meu. Oare sunt mulţumit de viaţa mea de cuplu ? Simt că îmi pierd spaţiul vital sau mă simt înşelat, trădat. Îmi este întinată bunătatea şi acest lucru mă irită foarte tare. Mă simt debusolat şi tulburat. Îmi acord timp pentru a observa ce anume este blocat în relaţia mea de cuplu sau în relaţiile mele afective. Care este principala iritare pe care o trăiesc şi pe care nu o mai pot tolera ? În ce situaţie mi-am făcut iluzii ?

Accept↓♥ să-mi privesc obiectiv viaţa. Îmi redefinesc valorile şi priorităţile şi îndrăznesc să mi le afirm. Astfel îmi ocup locul care mi se cuvine, primul loc !

254. COLICI *Vezi: INTESTINE — COLICI*

255. COLITĂ (mucozitatea colonului) *Vezi: INTESTINE — COLITĂ*

256. COLITĂ HEMORAGICĂ *Vezi: INTESTINE — COLITĂ*

257. COLOANA VERTEBRALĂ (în general) *Vezi şi: SPATE*

Conform clasărilor occidentale, există 33 de vertebre ale coloanei, în următoarea ordine, începând de sus:

7 cervicale[15], mai mici
12 dorsale[16], mai dese
5 lombare[17]
5 sacre[18], sudate, care formează un triunghi spre partea inferioară
4 care formează coccisul, sudate şi atrofiate.

Coloana vertebrală, asemenea unui stâlp, reprezintă sprijinul, protecţia şi situaţia din viaţa mea. Este stâlpul meu fizic şi intern. Fără ea m-aş prăbuşi. **Coloana vertebrală** simbolizează, de asemenea, energia mea fundamentală şi spirituală. Reprezintă flexibilitatea şi rezistenţa mea faţă de diferitele evenimente din viaţă. Îmi conferă libertatea de a mă mişca, de a mă întoarce într-un mod flexibil spre direcţiile dorite. Deviaţiile coloanei (scolioza, lordoza etc.) sunt legate de partea profundă a întregului sistem energetic. În timpul unui blocaj apar dureri fizice. Există sentimente de neputinţă, o greutate prea mare de purtat, o nevoie afectivă sau emoţională nesatisfăcută etc, care mă fac să mă simt atacat în integritatea mea şi în rezistenţa mea. Este ca şi cum aş primi lovituri din spate. Am impresia că eu sunt stâlpul familiei, la serviciu şi în orice situaţie sau grup în care sunt implicat. Ce se va întâmpla cu ceilalţi dacă eu nu sunt acolo ? Se va prăbuşi totul? **Coloana vertebrală** este legată de toate celelalte aspecte ale fiinţei mele prin schelet, de-a lungul sistemului nervos central şi prin sistemul sanguin central. Fiecare gând, sentiment, situaţie, răspuns şi impresie sunt "gravate" în coloana vertebrală, la fel ca şi în părţile corpului afectate. În acest caz, observ care este partea afectată şi identific cauza blocajului.

---

[15] **Cervical:** vine din latină *cervis, icis* care înseamnă «ceafă».
[16] **Dorsal:** vine de la cuvântul latin *dorsum* care înseamnă «spate».
[17] **Lombar:** din latină *lumbus* care înseamnă «rinichi».
[18] **Sacru:** este un cuvânt care face referire la ceea ce este inviolabil sau ceva care impune un respect foarte mare. În acest caz este vorba despre locul din care pleacă energia Kundalini, energia spirituală care pleacă din partea de jos a coloanei şi urcă până în vârful capului, pentru a aduce iluminarea

Oricare ar fi situaţia, accept↓♥ să rămân deschis faţă de cauza iniţială şi integrarea va fi mai armonioasă. Voi reclădi noua persoană care vreau să devin.

258. COLOANĂ VERTEBRALĂ (deviaţie a ...) (în general)

O **deviaţie a coloanei vertebrale** simbolizează mai ales o rezistenţă în a trăi viaţa din plin. Am impresia că, în timpul copilăriei, nu m-am bucurat de sprijinul părinţilor, de o structură formatoare. Am fost zdruncinat în convingerile mele profunde. La vârsta adultă, felul în care mă susţin în viaţă, dificultatea mea de a lăsa viaţa să mă susţină şi de a renunţa la vechile idei se manifestă printr-o **deviaţie a coloanei vertebrale**, care se curbează spre o parte, spre faţă sau spre spate.

Accept↓♥ să îmi iau viaţa în mâini şi "să mă ţin drept" în faţa vieţii, cu încredere şi cu determinare.

259. COLOANA VERTEBRALĂ (deviaţie a...) — COCOŞAT *Vezi: UMERI LĂSAŢI*

260. COLOANĂ VERTEBRALĂ (deviaţie a...) — CIFOZĂ

Cifoza este o **deviaţie a coloanei vertebrale** curbate anormal spre spate, de obicei la nivelul omoplaţilor. În afara unei posturi incorecte, **cifoza copiilor şi a adolescenţilor** este datorată de multe ori unei boli de creştere, boala **Scheuermann**[19]. Dacă sufăr de această boala voi remarca faptul că, corpul meu se adună în faţă, ca şi cum ar vrea să revină la poziţia de fetus. Oare de cine sau de ce anume vreau să mă protejez? Vreau să mă apropii de mama, deoarece nu mă înţelege sau mă reneagă? Mă simt foarte mic, simt că nu mă ridic la înălţimea familiei mele sau a sarcinilor pe care aş vrea să le îndeplinesc. Vreau să păstrez totul pentru mine, din frica de lipsă. Îmi îndoi spinarea deoarece sunt timid şi ca semn de nerecunoaştere a ceea ce sunt sau pentru că sunt tot timpul în alertă, mă simt inferior, incapabil să îmi iau locul care mi se cuvine şi să trăiesc cu bucurie.

Accept↓♥ să mă simt în siguranţă chiar şi în prezenţa altor persoane: sunt în stare să îmi ocup locul, să îmi definesc limitele şi să trec de provocările pe care viaţa mi le propune. Îmi păstrez spatele drept şi mă recunosc ca fiind unic şi divin. Învăţ astfel să mă iubesc mai mult şi sunt mândru de realizările mele. Învăţ să îi mulţumesc acestei părţi divine prezentă în adâncul **inimii♥** mele, pentru curajul pe care îl am, deoarece ştiu că am deţin toate răspunsurile atunci când sunt conectat cu sufletul meu.

261. COLOANĂ VERTEBRALĂ — DISC DEPLASAT *Vezi: HERNIE DISCALĂ*

---

[19] **Boala lui Scheuermann** a fost descoperită de Olgar Scheuermann, medic neurolog danez, care a descris în anul 1921, leziunile caracteristice cifozei la ucenicii din atelierele de ceasornicărie

262. COLOANĂ VERTEBRALĂ (deviaţie a...) — LORDOZA

Lordoza este curbarea fiziologică a **coloanei vertebrale** cu o convexitate anterioară.

În acest caz am o dificultate în a sta în picioare deoarece **îmi este ruşine de ceea ce sunt, nu mă iubesc.** De multe ori trăiesc o situaţie de supunere faţă de tatăl meu sau faţă de cineva care reprezintă o autoritate pentru mine, deoarece mă subestimez în faţa acelei persoane, mă simt inferior, nu mă simt demn de a fi copilul lui. Mă simt zdrobit de ceilalţi, am foarte puţină încredere în mine şi sunt incapabil să îmi exprim ideile şi opiniile. Vreau să fiu liber. Îmi îndoi spatele împotriva voinţei mele, am impresia că sunt moale şi incapabil să mişc lucrurile înainte. Lucrurile nu avansează destul de repede şi rezultatele întârzie să apară. Am tendinţa să mă devalorizez. Mă simt împărţit între a fi activ şi a avea încredere sau a nu asculta ceea ce vor ceilalţi să îmi spună. Mă simt în siguranţă când mă agăţ de vechile mele idei. Nu îndrăznesc să schimb ordinea stabilită a lucrurilor pentru a nu deranja. Fierb în interiorul meu şi furia mă roade pe dinăuntru. Refuz ajutorul celorlalţi. Astfel îmi este mai greu să îmi ating obiectivele şi am tendinţa de a trăi mai multe eşecuri.

Trebuie să învăţ să mă iubesc. Accept↓♥ să îmi ocup locul cuvenit deoarece fiecare dintre noi are un rol de jucat în univers. Învăţ să îmi exprim ideile şi părerile liber şi mă simt mai bine cu mine însumi. Fiecare lucru soseşte la momentul potrivit. Îndrăznesc să stau drept, în picioare şi am încredere în mine. Mă simt în siguranţă deoarece vocea mea interioară îmi spune ce să fac pentru a-mi fi bine.

263. COLOANĂ VERTEBRALĂ (deviaţie a...) — SCOLIOZĂ

Scolioza este o deviaţie laterală a coloanei **vertebrale.** Atunci când sunt atent la ea, am impresia că port pe umeri o sarcină foarte grea. Şi pentru că este o sarcină pe care nu o pot îndeplini, trăiesc neputinţă şi disperare. Responsabilităţile mele mă sperie şi sunt indecis cu privire la direcţia în care să merg. Energia se blochează şi **scolioza** este manifestarea fizică a acestui lucru. Poate apărea din adolescenţă: când îmi caut încă o identitate, sunt prea mare pentru a mai fi copil şi prea tânăr pentru a fi adult, iar viaţa şi responsabilităţile ei mi se par uriaşe. Refuz acest corp, această viaţă, refuz să cresc... Am tendinţa să mă compar cu fraţii şi surorile mele (mai ales dacă am un geamăn sau o geamănă), cu verii şi verişoarele mele. Deoarece am impresia că sunt mai buni decât mine, mă devalorizez şi acest lucru se exprimă prin **scolioză.** Mă compar negativ cu ceilalţi şi această atitudine să afectează mult. Îmi este teamă de a fi judecat. Mă simt tot timpul forţat să fac ceva. Am impresia că trebuie să fiu stâlpul familiei, să fiu onoarea ei, mândria ei. Totuşi, pentru **coloana** mea, care reprezintă catargul unei nave, este prea mult. Mă aplec spre dreapta sau spre stânga pentru a mă compara cu alţii. Pot să mă îndepărtez de ceilalţi pentru a mă proteja şi a evita loviturile. Cu toate acestea, în sinea mea am nevoie să mă apropii de ceilalţi, dar nu îndrăznesc să fac primii paşi. Pot să mă simt pierdut, deoarece am nevoie de puncte de referinţă, de repere, pentru a mă defini ca individ. Acestea sunt de obicei personificate de către tatăl meu, mama mea sau de către oameni care au o influenţă mai mare asupra mea (un profesor, o bonă etc.) Dacă aceste referinţe nu îmi convin sau sunt dezamăgit de ele, **coloana mea vertebrală** (care nu se simte **susţinută**) se va curba. Nu vreau să mă sprijin pe mine însumi, mă simt foarte fragil. Coloana mea se afundă ca şi lumea mea interioară. Trăiesc în funcţie de ceilalţi. Prefer să **mă şterg**, să evit în loc să îmi asum riscul de a mă afirma. **Scolioza** este legată de **dorinţa de a fugi** de o situaţie sau de cineva.

Accept↓♥ să trăiesc în prezent, adică în fiecare zi. **Conştientizez** faptul că viaţa îmi oferă multe de învăţat şi trăiesc în armonie cu mediul meu. Îmi regăsesc bucuria şi, în ficare zi, îmi dau seama că am puterea şi capacitatea de a înfrunta fiecare provocare! Devin parte integrantă din propria mea viaţă. Încetez să mă mai compar cu ceilalţi deoarece fiecare dintre noi suntem diferiţi şi unici.

264. COLON (cancer de...) *Vezi: CANCER DE COLON*

265. COMĂ *Vezi: ACCIDENT, CREIER — SINCOPĂ, LEŞIN*

Coma poate surveni în urma unui **accident** şi constituie o alterare parţială sau totală a **stării conştiente.**

Este posibil ca, chiar înainte de a intra în starea de **comă** să fi avut o experienţă în care am văzut moartea venind spre mine, ca şi cum "mi-ar fi sunat ceasul" şi, când care am întâlnit conştient moartea, a survenit **coma**, pentru a alunga moartea în ultimul moment. **Conştiinţa** se deconectează. Adeseori, după ce apare revenirea din starea de **comă**, memoria a şters momentele de traumatism. Este ca şi cum aş fi din nou în siguranţă, după ce am fost în pericol. Un accident poate fi provocat de culpabilitatea legată de fuga faţă de o persoană sau o situaţie. Dacă îmi este greu să rezolv situaţia legată de culpabilitate, mă refugiez în **comă**. Este posibil să mă simt neputincios în a rezolva o situaţie, deoarece sunt prea destabilizat, lucru care mă face **furios**. Am nevoie să fac schimbări importante în viaţa mea, dar nu sunt capabil. Acum mă pot odihni în peştera mea unde nimeni nu mă poate deranja sau să îmi spună ce să fac. Regăsesc un oarecare sentiment de libertate, o stare în care nu am de dat socoteală nimănui, deocamdată... **Coma** vine de la cuvântul grec "koma", care înseamnă "somn profund". Această stare este legată de dorinţa intensă de a fugi de o situaţie sau de o persoană. Îmi este atât de **rău** interior încât mă retrag în mine, deoarece trăiesc multă disperare, singurătate sau frustrare. Vreau să devin insensibil faţă de dificultăţile vieţii. Mă protejez prin acest somn adânc. Devin insensibil la tot ceea ce se întâmplă în jurul meu. Prefer să trăiesc această stare de **inconştienţă** totală până când viaţa mea va deveni mai plăcută. Am o decizie de luat: să trăiesc sau să plec. Aceeaşi decizie apare şi în cazul unei **come diabetice**, provocată de un exces de glucoză în sânge şi, mai ales în creier. Tristeţea mea este atât de mare încât vreau să fug din lumea în care trăiesc. **Furia** mea este la fel de mare. Chiar dacă starea de **comă** poate dura o perioadă lungă de timp (săptămâni, luni sau ani) este foarte important pentru cei apropiaţi să îmi manifeste **iubire,** afecţiune şi să îmi spună că mie îmi aparţine decizia de a pleca sau de a rămâne aici. Cei apropiaţi trebuie să trăiască detaşarea necesară pentru a evita să reţină împotriva voinţei sale persoana aflată în **comă.** Când mă aflu în **comă**, creierul meu poate fi activ în aşa măsură încât pot auzi oamenii care vorbesc sau le pot simţi prezenţa şi impresiile pe care le degajă, chiar dacă eu, în acel moment, nu mă pot mişca sau exprima. Este posibil ca frica de moarte să mă reţină aici, în stare de **inconştienţă**. Trebuie să mă asigur şi să îmi spun, în cazul acesta, că pot să plec în siguranţă, dacă îmi doresc acest lucru. Dacă pot percepe energiile unei persoane, când este în stare de **comă,** pot observa că există o ruptură importantă a liniilor energetice, în funcţie de adâncimea stării de comă. Astfel, ar fi indicat să existe un tratament energetic, pentru a regla situaţia şi a readuce persoana aflată în comă AICI ŞI ACUM. Este important să mă asigur şi să îmi spun că voi avea tot ajutorul de care am nevoie.

Accept↓♥ să am toate capacităţile şi calităţile necesare pentru a duce la capăt toate proiectele mele. Ştiu că schimbările necesare din viaţa mea se vor petrece lin, pentru binele meu şi al celor din jurul meu!

266. COMEDOANE *Vezi: PIELE— PUNCTE NEGRE*

267. COMOŢIE (... a retinei) *Vezi: OCHI — COMOŢIA RETINEI*

268. COMOŢIE CEREBRALĂ *Vezi: CREIER [COMOŢIE]*

269. COMPULSIE NERVOASĂ

Compulsia este o tulburare de comportament caracterizată printr-o dorinţă de a face anumite acte la care subiectul nu poate rezista fără să intre în angoasă. Compulsia nervoasă poate fi legată de sexualitate, hrană, alcool, cumpărături, exces de curăţenie etc. **Compulsia nervoasă** se raportează la un aspect al personalităţii mele pe care îl judec ca fiind negativ, care îmi displace atât de mult, încât refuz să îl văd. Îl refulez adânc în mine. Atâta timp cât refuz să îl văd şi să îl accept↓♥, viaţa îmi va aduce tot mai multe situaţii în care va trebui să mă confrunt cu acest aspect al personalităţii mele.

Când am o **compulsie nervoasă**, observ ceea ce m-a deranjat şi accept↓♥ să îi fac faţă în loc să fug. **Accept să fiu o fiinţă umană**, cu puterile mele, cu slăbiciunile, calităţile şi defectele mele. **Conştientizez** faptul că sunt cel mai critic judecător al meu şi mă iert şi **învăţ să mă iubesc**. Faptul de a mă accepta↓♥ aşa cum sunt mă va ajuta să mă dezvolt armonios şi nu va mai trebui să mă descarc prin compulsie.

270. CONDUCTE LACRIMALE *Vezi: LACRIMI*

271. CONGENITAL *Vezi: MALFORMAŢII CONGENITALE, BOLI EREDITARE*

272. CONGESTIE (... la creier / ... ficat / ... nas / ... plămâni) *Vezi şi: CREIER — ACCIDENT VASCULAR CEREBRAL [A.V.C.]*

Congestia reprezintă sistemul de apărare al corpului pus în funcţiune pentru a răspunde atacurilor repetate împotriva unei părţi din corp. Există mai multe părţi care pot fi **congestionate. La ficat**: reprezintă critica refulată, starea de iritare interioară pe care o acumulez, deoarece nu reuşesc să o exprim verbal. Pot trăi nemulţumire, supărare sau decepţie. La **nas (sinusurile)**: care este situaţia sau persoana pe care nu o pot "mirosi" şi care mă înfurie? **La plămâni** (pneumopatie): mă simt sufocat de relaţiile mele familiare, fie cu părinţii mei, fie cu partenerul, cu partenera sau copiii etc. Relaţiile mele de familie sunt armonioase, aşa cum aş dori să fie? Oare îmi fac prea multe griji? **La creier (accident vascular cerebral)**: mă simt depăşit, nu mai ştiu cum să reacţionez în faţa anumitor persoane sau situaţii. Creierul meu nu mai funcţionează la fel de clar şi repede ca şi înainte. În acest caz este indicat să nu consumăm deloc alcool sau droguri. Indiferent care este partea corpului afectată de congestie, în urma acesteia rezultă o frustrare, iritare şi furie faţă de ceilalţi şi faţă de mine însumi. Mă aflu într-o situaţie de tensiune continuă. Emoţiile mele sunt **congestionate.** Îmi este teamă de mine însumi, deoarece am impresia că există ceva rău în interiorul meu. Evit să fiu impulsiv şi să îmi trăiesc viaţa prea spontan. Totuşi există avantajul de a îmi da frâu liber creativităţii deoarece pulsiunile mele naturale încearcă să se elibereze. Am tendinţa de a acorda multă atenţie vieţii mele spirituale şi prea puţină nevoilor mele fizice. Am nevoie de odihnă, de vacanţă, dar nu îmi permit acest lucru. Îmi acord timp pentru a verifica ceea ce mă deranjează în prezent în viaţa mea şi îmi asum responsabilitatea în acea situaţie.

Accept↓♥ să îmi ocup locul cuvenit, **locul meu.** Realizez importanţa **de a exprima ceea ce simt** şi fac acest lucru fără să îi atac pe ceilalţi. Deoarece îmi exprim sentimentele nu acumulez nici frustrare, nici ură. Când sunt deschis şi receptiv şi ceilalţi sunt la fel faţă de mine. Mă simt din nou în armonie cu mine însumi şi cu cei din jurul meu. Astfel dobândesc un nou echilibru, atât în viaţa fizică cât şi în cea spirituală.

273. CONJUNCTIVITĂ *Vezi: OCHI — CONJUNCTIVITĂ*

274. CONSTIPAŢIE *Vezi: INTESTINE — CONSTIPAŢIE*

275. CONTUZII *Vezi: PIELE — VÂNĂTĂI*

276. COPIL CIANOTIC (ALBASTRU)

Apariţia unui copil cianotic este legată de o malformaţie a **inimii♥** copilului, în stadiu embrionar, care duce la repunerea în circulaţie a sângelui puţin oxigenat (sânge de culoare albastră) în marea circulaţie arterială, fără să mai treacă prin plămâni pentru a primi oxigen (sângele roşu). Dacă sunt un **copil cianotic** (bebeluş) este posibil să fi captat o frică foarte mare, în pântecele mamei, frica ei de a se deschide faţă de **iubirea** lumii exterioare. Acest lucru poate proveni dintr-o rană profundă şi din "retragerea în sine" în legătură cu **iubirea**, cauzată de un eveniment care i-a zdrobit **inima♥**. Nu trebuie să o fac pe mama mea responsabilă de starea mea. Prin legea finităţilor, am venit în această familie deoarece aveam de depăşit provocări asemănătoare, legate de **iubire**. Nu fac

decât să manifest mai concret pe plan fizic **conştientizarea** pe care trebuie să o fac şi mama mea şi eu, ne vom putea ajuta reciproc în acest caz.

Accept↓♥ începând de acum faptul că **iubirea** este însăşi viaţa şi puterea mea de a iubi, tot mai mare, va forma un cerc de **iubire** care mă va proteja în lumea exterioară.

277. COPIL HIPERACTIV *Vezi: HIPERACTIVITATE*

278. COPIL MORT LA NAŞTERE *Vezi: NAŞTERE — AVORT*

279. CORIZA *Vezi: RĂCEALĂ [LA CREIER...]*

280. CORONAR *Vezi: INIMĂ♥ — TROMBOZA CORONARIANĂ*

281. CORP (în general) *Vezi: ANEXA I*

282. CORZI VOCALE *Vezi: GÂT — LARINGITĂ, CANCER LA LARINGE, VOCE — RĂGUŞEALĂ*

283. COŞURI (pe corp) *Vezi: PIELE — COŞURI*

284. CRAMPA SCRIITORULUI *Vezi şi: DEGETE (ÎN GENERAL), MÂINI (ÎN GENERAL), ÎNCHEIETURA MÂINII*

Este senzaţia de a avea o greutate sau furnicături în degete, cauzate de compresia nervului median din canalul carpian, situat în zona de la articulaţia mâinii.

Am o tensiune interioară foarte mare şi atunci când scriu, fac eforturi foarte mari. Pe cine vreau să **impresionez**? Pe cine vreau să conving? Pe mine sau pe ceilalţi? Sunt pretenţios şi ideile mele de mărire mă fac să fiu o persoană **foarte ambiţioasă**. Este posibil să port o mască, care îmi ascunde adevăra personalitate, ceea ce mă protejează împotriva judecăţii celorlalţi. Acest lucru provine din faptul că am prea puţină încredere în mine însumi şi mă simt incapabil să îndeplinesc lucruri importante. Mă întreb, de asemenea, în legătură cu căsătoria şi care este poziţia mea faţă de ea. Îndoiala pe care o întreţin faţă de capacitatea mea de a-mi exprima creativitatea mă fac să abdic, să îmi abandonez obiectivele. Nu am decât încercări, în timp ce o parte din mine a abandonat deja. Deoarece durerea se poate accentua dimineaţa sau noaptea, când încă sunt conectat cu lumea mea interioară, această durere îmi reaminteşte schimbările pe care trebuie să le fac în interior pentru a fi mai flexibil. Începând de acum, fac lucrurile în mod natural şi îmi acord timp să fiu cu adevărat eu însumi. Nu am nimic de demonstrat nimănui.

Accept↓♥ să mă iubesc aşa cum sunt, fără artificii şi rămânând complet liber în atitudinile mele. Este primul pas spre o realizare importantă, Împlinirea de sine.

285. CRAMPE

Crampa este contracţia involuntară, dureroasă şi trecătoare a unui muşchi sau a unei grupe de muşchi. Crampele indică o tensiune mare, o crispare interioară uneori excesivă. Reţin energia divină şi o împiedic să circule în mine, deoarece mă simt strivit, limitat. Mă obstinez să mă agăţ de o frică, o rană interioară sau un stres care nu mai sunt benefice pentru mine. Unele dintre modelele mele mentale au nevoie să fie **reintegrate.** În prezent trăiesc multă **tensiune** şi **presiune**, care pot fi însoţite de un sentiment de neputinţă faţă de ceva sau faţă de o situaţie. Mă întreb ce să fac şi care este cea mai bună soluţie pentru mine. Şi pentru că îmi este frică, mă **cramponez,** mă agăţ de idei fixe. Trăiesc o anumită supunere, mă simt obligat să mă "cobor" în faţa anumitor persoane, pentru a evita să fiu rănit. Îmi este atât de frică de viaţă încât îmi blochez total energia, o închid într-un anumit loc. Aş vrea să mă refugiez în interiorul meu. Anxietatea mă determină să vreau să evit sau să fug de o situaţie. Dacă este vorba despre o anxietate pe care o trăiesc în timpul zilei, cât sunt acasă, este posibil ca, în timpul nopţii să am **crampe**, care mă trezesc şi îmi amintesc că ar trebui să fug. În funcţie de locul în care se localizează **crampa**, primesc un indiciu despre ceea ce trebuie să schimb: **o crampă la laba piciorului**, indică direcţia în care trebuie să merg. O crampă la partea de sus a piciorului indică felul în care avansez în viaţă. O **crampă la mână** arată un aspect legat de acţiunile şi de faptele mele. Sunt **conştient** de durerile interioare care mă copleşesc şi realizez că pot schimba acest lucru.

Accept↓♥ să mă relaxez şi să mă deschid în faţa energiei divine. Îmi acord timpul necesar pentru a mă opri şi a reflecta. Acest moment de pauză mă ajută să iau lucrurile mai încet şi într-un alt mod, să mă simt mai bine în pielea mea.

286. CRAMPE ABDOMINALE *Vezi şi: ABDOMEN*

Abdomenul este legat de chakra intuiţiei şi a creativităţii. **Crampa abdominală** indică, de asemenea, o frică de a-mi urma intuiţia, refuzul de a mă lăsa purtat pe deplin de creativitatea mea, blocând astfel energia divină din acel loc, în apropierea buricului sau mai jos. Prin urmare opresc orice proces care mă ajută să văd lucrurile care mă ajută să avansez normal. Îmi este tot timpul teamă să descopăr un viitor mai bun pentru mine. Vreau să controlez totul, deoarece îmi este teamă să experimentez lucruri noi. Mă aştept la tot ceea ce este mai rău, să mi se întâmple lucruri îngrozitoare.

Accept↓♥ să mă deschid şi să am încredere în viaţă. Astfel, mă pot lăsa condus de intuiţia mea şi îmi pot folosi creativitatea pentru a merge în direcţia care îmi convine, în armonie cu ceea ce sunt.

287. CRAMPE MUSCULARE (în general)

Crampa de origine musculară indică faptul că reţin ceva ce nu vreau să las să plece. Este o **tensiune interioară** puternică care se exprimă printr-un blocaj de energie la nivelul muşchilor. Muşchii reprezintă energia, viaţa, forţa. "Blochez" astfel viaţa şi nu las să plece ideile vechi care se schimbă şi se transformă în corpul aflat în evoluţie. Am încă vechi idei preconcepute şi le vehiculez în acţiunile mele zilnice. Sunt "sub tensiune" şi îmi pun tot timpul mii de întrebări. Atenţia mea este îndreptată spre anumite griji care îmi consumă atât de mult din energie încât ajung să fiu deconectat de corpul meu fizic. Este important să verific care parte a corpului este afectată de **crampe.**

Accept↓♥ începând de acum să mă las condus de **inimă♥**, să fiu mai deschis faţă de noile posibilităţi care mă pot ajuta să avansez. Nu pot schimba trecutul, dar pot schimba interpretarea mea asupra evenimentelor. Sunt tot mai conştient de frumuseţile din prezent. Meditaţia este o tehnică de reechilibrare energetică care ajută la înlăturarea tensiunilor inutile şi la armonizarea corpurilor mele energetice.

288. CRANIU *Vezi: CREIER— COMOŢIE CEREBRALĂ, OS — FRACTURĂ [OSOASĂ...]*

289. CRĂPĂTURI *Vezi: PIELE — CRĂPĂTURI*

290. CREIER (în general)

Este centrala energetică, unitatea centrală de tratare a tuturor informaţiilor a minunatei maşinării umane: creierul are 30 de miliarde de neuroni, fiecare având o putere specială. Este centrul comenzilor, care are legătură cu autonomia mea şi controlul asupra vieţii mele. **Creierul** este legat de cea de a şaptea chakră sau centru de energie (chakra coloanei vertebrale) şi de glanda pineală, denumită şi epifiză. Creierul are două emisfere distincte. **Emisfera dreaptă,** Yin, la chinezi, reprezintă latura feminină (introvertită), creativitatea, totalitatea situaţiilor (vederea de ansamblu asupra lucrurilor), intuiţia, percepţia şi arta, este emisfera **receptoare.** Este alimentată de faptele trăite. Este orientată spre a fi. **Emisfera stângă,** Yang, este cea care **dă,** care "domină", este extrovertită, agresivă, raţională, logică, care analizează totul. Este legată de percepţia lumii exterioare, a conceptelor, a numerelor şi a cuvintelor, de raţiune. Gestionează "cum" au loc evenimentele, elaborează planuri detaliate. Este alimentată de cunoştinţele dobândite. Este orientată spre timp, fapte şi a face. Fiecare emisferă controlează jumătatea opusă a corpului (emisfera dreaptă controlează partea stângă şi invers). Încrucişarea fibrelor nervoase spre partea opusă are loc la nivelul bulbului rahidian (deasupra gâtului) şi coboară de-a lungul măduvei spinării. Acest lucru explică de ce oamenii care au un accident vascular pe partea stângă, vor avea apoi o paralizie pe partea dreaptă (A.V.C. accidentul vascular cerebral). Există un punct de intersecţie şi la nivelul nervilor optici ai ochilor, sediul chakrei celui de-al treilea ochi, situat la rădăcina nasului, între sprâncene. Un sistem echilibrat trebuie să respecte funcţionarea globală a celor două emisfere. **Creierul** reprezintă sediul gândurilor, al ideilor, al cunoaşterii, EUL SUPERIOR, central universului, identificarea cu orice formă divină. Socrate spunea: *"Cunoaşte-te pe tine însuţi şi vei cunoaşte Universul şi zeii".*

291. CREIER (abces la...)

Când apare un **abces la creier,** acesta provine dintr-o infecţie a sinusurilor sau a urechii mijlocii sau a oricărei alte părţi a corpului. Acesta indică furia pe care o simt faţă de asumarea propriei mele vieţi şi frica de a-mi pierde controlul asupra autonomiei mele. Am o dificultate în a analiza toate elementele din viaţa mea deoarece totul se schimbă foarte repede şi eu mă ambalez repede.

Accept ↓♥ să am încredere în puterea divină din interiorul meu care mă conduce spre soluții ce mă vor ajuta să-mi descopăr adevăratul potențial.

292. CREIER — ACCIDENT VASCULAR CEREBRAL (A.V.C.) *Vezi și: INFARCT [ÎN GENERAL], SÂNGE/ [ÎN GENERAL] / ARTERE / CIRCULAȚIA SANGUINĂ, TENSIUNE ARTERIALĂ — HIPERTENSIUNE*

Acest tip de accident este legat de circulația sângelui și de vasele de sânge. Este efectul unei hemoragii sau a unei ocluzii cauzate de un cheag, provenind din artere sau de la **inimă♥**. Accidentul vascular cerebral se poate manifesta în mai multe situații, legate toate de **iubire**. Acest gen de **accident** este o reacție foarte puternică, **un nu categoric** adresat unui echilibru care indică în ce aspect se manifestă acea frică în viața mea. Pot avea impresia că îmi pierd mijloacele de a-mi conduce viața. În cazul **accidentelor cerebrale hemoragice**, este vorba despre o arteră care se sparge, lucru care produce o inundare cu sânge a unei părți a **creierului.** Este posibil să trăiesc o tensiune atât de mare în mediul familial sau profesional, care acumulată ajunge să se elibereze prin această țâșnire a bucuriei de a trăi (sângele), care simbolizează toată durerea pe care o trăiesc în această situație.

Indiferent în care parte a creierului se produce accidentul, în partea dreaptă (intuitivă) sau stângă (rațională), accept↓♥ să identific mesajul pe care mi-l transmite corpul, să restabilesc pacea cu mine însumi și să mă restabilesc cât mai repede. Îmi vizualizez creierul scăldându-se într-o baie de **lumină** albă și aurită pentru a-mi ajuta toate celulele nervoase să se regenereze și să îi reia funcțiile într-o nouă manieră, pentru ca eu să îmi regăsesc cât mai repede sănătatea.

293. CREIER — APOPLEXIE *Vezi: CREIER— ACCIDENT VASCULAR CEREBRAL [A.V.C.] / SINCOPĂ, SÂNGE — HEMORAGIE.*

Apoplexia (sau atacul cerebral) este un termen popular care descrie **hemoragia parenchimatoasă. Apoplexia** este suspendarea bruscă, mai mult sau mai puțin completă a tuturor funcțiilor **creierului**, caracterizată prin pierderea subită a cunoștinței și a mobilității voluntare, cu păstrarea circulației și a respirației. Adeseori este rezultatul unei hemoragii cerebrale. Criza de **apoplexie** este manifestarea nevoii extreme **de a rezista vieții și schimbărilor,** respingerii **și negării** mai multor aspecte ale vieții și ale ființei mele. Trăiesc o mare indecizie: evit să fac schimbări în viața mea. Vehiculul bucuriei mele de a trăi, sângele, nu mai ajunge să irige din plin o parte a **creierului.** Această parte încetează să mai funcționeze și apoi se instalează paralizia. Sunt neliniștit și confuz. Devin **conștient** de faptul că am tendința de a vrea să rezolv totul și să controlez totul în locul celorlalți. Intru în viețile celorlalți. Îmi depășesc limitele deoarece vreau să fac prea multe. Astfel, îmi concentrez toată atenția asupra celorlalți, dar mă uit pe mine însumi. De aceea refuz ca ceilalți să se amestece în viața mea personală (așa cum fac eu în viețile lor...). **Criza de apoplexie** apare de obicei la o vârstă mai înaintată, arată frica mea de a îmbătrâni, nesiguranța mea față de sprijinul pe care îl voi avea din partea familiei mele, atât pe plan emoțional, cât și pe plan financiar. Dacă opun rezistență vieții, sunt de acord să abandonez totul și să rămân închis. Prefer să mor: este mai ușor și distrugerea este singura mea salvare. Este înfrângerea ! Paralizia mă împiedică să îmi exprim din plin energia vitală și potențialul creativ. Activitățile mele sunt acum limitate.

Dacă vreau să îmi regăsesc bucuria care îmi alimentează viața, accept↓♥ să fiu deschis în fața intuiției și a **iubirii** și să exprim mai mult ceea ce simt. Încep prin a avea tot mai multă încredere în viață. Îmi concentrez atenția pe propriile mele valori și pe propriile mele calități. Las să crească această Viață în mine. Propovăduind pacea, **iubirea** și starea de bine, îi ajut pe ceilalți să se simtă mai bine în libertatea și în respectul fiecăruia.

294. CREIER (comoție) SAU COMOȚIE CEREBRALĂ

Comoția cerebrală reprezintă zguduirea întregului creier în urma unui traumatism cranian, care duce la o comă provizorie. **Comoția** este o formă de fugă, un mijloc brusc și direct de a mă opri și de a observa ceea ce se întâmplă în viața mea. **Comoția cerebrală** îmi arată faptul că, în mod inconștient, mă agăț atât de mult de vechile mele idei și atitudini încât acestea se izbesc de cele noi care vor să le ia locul. Pot, de asemenea, să mă agăț de ceva sau de cineva: atribui celorlalți responsabilitatea pentru propria mea viață. Mă definesc raportat la ceilalți în loc să fiu eu însumi. Mă simt în siguranță dacă sunt apropiat de cineva, dar acest atașament ajunge să mă sufoce, deoarece, în adâncul meu, vreau să îmi trăiesc propria viață și nu cea pe care vor ceilalți să o trăiesc. Pot să îmi îngrop emoțiile în alcool, droguri, jocuri de noroc, dar, mai devreme sau mai târziu, va trebui să fac față realității. Există un haos în viața mea, mă simt zdruncinat de cineva sau de propunerile sale. Există o luptă pentru "a nu mai termina" care mă afectează foarte puternic. Indirect sunt adus în situația de a mă opri, de a-mi examina viața și a vedea în ce direcție vreau să merg. Revin asupra priorităților mele. De asemenea, poate am mintea "prea plină de idei", mă împrăștii prea mult, am nevoie să revin pe pământ. Are loc o busculadă și apoi apare șocul. **Comoția** survine în urma unei răni la cap sau a unui accident care "șochează" capul, **creierul** și mintea. Corpul meu este temporar "plecat" și inconștient. Unde am ajuns în viața mea ? Ce direcție trebuie să apuc ? Oare mentalul meu merge în toate direcțiile în același timp, fără o orientare reală ?

Accept↓♥ să revin pe pământ, în realitate, pentru a regla "în mediul real" și într-un mod mai adecvat situațiile pe care le trăiesc în prezent. Este posibil să evit **comoția,** acceptând↓♥ să fiu foarte deschis față de ceea ce se întâmplă în viața mea.

295. CREIER — (congestie a creierului...) *Vezi: CONGESTIE*

296. CREIER — CREUTZFELD-JAKOB[20] (boala...) SAU BOALA VACII NEBUNE

---

[20] **Creutzfeld-Jakob:** este vorba despre numele medicilor germani, Creutzfeld și Jakob, cei care au descris pentru prima oară această boală, în anul 1920

Boala Creutzfeld-Jakob este o afecţiune cerebrală foarte severă, mortală, în câteva luni, care atinge persoane în jur de cincizeci de ani şi mai mult şi care este însoţită de demenţă cu daune neurologice majore. Este o boală foarte rar transmisibilă la oameni: se numeşte şi encefalopatie spongiformă umană. Este vorba despre o formă de demenţă sau de afectare a funcţiilor "intelectuale" sau cognitive (ale cunoaşterii) persoanei în cauză. Este asemănătoare infecţiei cu prioni (particule infecţioase) transmise prin ingerarea cărnii de vită bolnavă, denumită în limbaj popular **boala vacii nebune.** Această boală se manifestă atunci când mă întreb ce să fac cu viaţa mea: nu mai ştiu încotro să merg. Îmi trăiesc viaţa la suprafaţă, ca un automat sau ca un animal. Îmi place când totul este aranjat, când nu există surprize. Evit suferinţa şi durerea sub orice formă. Prefer să păstrez distanţa faţă de oameni şi faţă de propriile mele emoţii. Astfel îmi dau la o parte capacităţile şi potenţialul meu creativ. Fug de o realitate care mă deranjează. De-a lungul anilor am dezvoltat o indiferenţă faţă de viaţă, în general.

Îmi este în continuare bine cu acest mod de a funcţiona? Oare viaţa vrea să îmi dea mai mult, iar eu închid uşile, crezând că nu merit mai mult? Absenţa şi superficialitatea în care trăiesc îmi fac viaţa inconfortabilă. Mă ascund în spatele unui titlu, a unui birou, a unei cărţi, a unui sport pe care îl practic etc. Nu ezit să dau dovadă de o anumită cruzime pentru a căuta ceea ce vreau. Sunt puţin "canibal" şi sunt indiferent la răul pe care îl pot provoca altora. Refuz să mă angajez total în viaţa mea. Fiindu-mi frică de a fi rănit, evit contactele cu oamenii. Nu comunic cu propriile mele emoţii şi cu persoanele din jurul meu. Prefer să fiu "adormit" în viaţă, iar **creierul** meu face la fel.

În loc să mă resping pe mine însumi şi pe restul lumii, accept↓♥ să intru în contact, comunicând cu universal din jurul meu. Accept↓♥ să-mi las toate simţurile să se dezvolte pentru a trăi cât mai multe experienţe posibile. Oricare ar fi emoţiile care vor ţâşni la suprafaţă, eu voi fi protejat. Las bucuria de a trăi să se instaleze în toate celulele corpului meu şi mai ales, în cele ale **creierului.** Las la o parte mecanismele de fugă şi îmbrăţişez viaţa şi toate experienţele pe care vrea să mi le ofere. Întâmpinând întregul meu potenţial, îmi descopăr adevărata valoare şi astfel pot îndeplini lucruri cu bucurie şi cu motivaţie şi mă pot îndrepta spre împlinirea de sine.

297. CREIER (durere la...)

Problemele la nivelul creierului indică faptul că am tendinţa de a vrea **să cunosc** cu mintea şi cu latura mea raţională (emisfera stângă) toate situaţiile pe care le trăiesc. Las la o parte emoţiile (emisfera dreaptă) cu care îmi este frică să intru în contact, încercând să mă conving că acestea nu folosesc la nimic sau că sunt mai mult dăunătoare decât utile. Am dobândit o mare rigiditate în modul meu de gândire şi vreau cu orice preţ să am dreptate! Apar tot felul de informaţii şi elemente noi, dar eu nu le iau în considerare. Mă simt ***stângaci*** şi trăiesc o stare de **confuzie.** Astfel îmi este greu să îmi schimb părerea şi să admit că este posibil să nu am dreptate. **Embolia cerebrală** indică faptul că mă simt prins într-o situaţie pe care o tot rumeg şi pe care vreau să o evit cu orice preţ, chiar dacă acest lucru presupune să părăsesc această lume.

Accept↓♥ să las la o parte latura mea prea "matură, serioasă şi raţională şi să îmi regăsesc latura de "copil"căruia îi place să râdă, să se bucure şi care străluceşte în inocenţa sa şi în dorinţa sa de a învăţa lucruri noi.

298. CREIER — ECHILIBRU (pierderea echilibrului) SAU AMEŢEALĂ

Pe plan fizic, **echilibrul** este menţinut de repartiţia greutăţii pe corp, ceea ce ne ajută să ne mişcăm, fără să ne aplecăm de-o parte şi de alta. Controlul echilibrului are loc la nivelul urechii interne, în labirint. Cât despre **creier,** acesta comandă mişcările cu ajutorul sistemului vizual, sistemul proprioceptiv[21], sistemul vestibular din urechea internă şi, mai ales, cu ajutorul **cerebelului,** care integrează toate acţiunile. Când **creierul** se simte **clătinat** şi **depăşit** de situaţii sau de evenimente, este tras în toate direcţiile în acelaşi timp şi **îşi pierde echilibrul.**

Ideile mele se împrăştie şi nu mai pot gândi limpede. **Pierderea echilibrului** şi **ameţeala** sunt asociate uneori cu **hipoglicemia[22]:** îmi lipseşte dulceaţa din viaţă. Acest gen de fugă poate fi asociată cu o situaţie sau o persoană a căror evoluţie mi se pare prea rapidă pentru mine. Vertijul se produce atunci când realitatea mea devine copleşitoare, deoarece am întreţinut idei false, care au apărut în urma aşteptărilor mele neîmplinite. Astfel îmi pierd sentimentul de echilibru şi de armonie. Discernământul îmi este afectat şi am impresia că viaţa mea este "cu susul în jos". Cu toate că **ameţeala** poate avea şi alte cauze de ordin fizic, precum **hipoglicemia** (lipsa zahărului în sânge), **hipotensiunea** (presiune sanguină scăzută), **o încetinire cardiacă**, o problemă la nivelul urechii sau un deficit al energiei rinichiului, această afecţiune este legată de **fugă.** Atunci când mă simt tras în toate părţile, conştient sau nu încerc să "mă ameţesc" pentru a uita ceea ce trăiesc. Energiile mele sunt împrăştiate, dezmembrate şi acest lucru îmi dă impresia că nu mai am putere asupra vieţii. Vreau să fac un ocol mare, dar ştiu că la capătul drumului va trebui să înfrunt lucrurile care mă sperie. **Labirintul** îmi arată faptul că mă pierd în detalii, sarcini şi activităţi care deocamdată nu sunt importante. Nu mai văd limpede, mă simt ca într-un labirint. O parte din mine opune rezistenţă schimbărilor care survin. M-am angajat într-un proces pe care nu îl mai pot opri sau măcar încetini. Nu mai stăpânesc situaţia şi acest lucru creează o angoasă. Sunt paralizat de incertitudine. Îndoiala mă determină să mă agăţ de persoane sau de lucruri. Îmi refulez emoţiile şi acest lucru mă determină să trăiesc într-un mod superficial.

Accept ↓♥ să devin **conştient** de faptul că merg în prea multe direcţii în acelaşi timp şi îmi acord timpul necesar de a îmi redobîndi **echilibrul.** Ascult mesajele pe care mi le transmite corpul şi accept↓♥ să îmi acord mai mult timp şi lucruri dulci. Îmi iau răgazul să savurez tot ceea ce este frumos şi bun în viaţă. Îmi identific clar priorităţile şi îmi afirm alegerile cu convingere. Continui să merg mai departe ştiind că eu sunt Stăpânul vieţii mele. Nu mai trebuie să aştept aprobarea celorlalţi, mai ales pe cea a părinţilor mei. Accept↓♥ să fiu diferit şi faptul că merit să fiu fericit. Îmi deschid **inima♥** pentru a primi **iubire** şi bucurie în viaţa mea.

---

[21] **Sistem proprioceptiv:** alcătuit din receptori microscopici senzitivi care transmit informaţii despre articulaţii, tonusul muscular şi poziţia articulaţiilor

[22] **Hipoglicemie:** lipsă de zahăr (glucoză) în sânge (Vezi: SÂNGE — HIPOGLICEfMIE)

299. CREIER - ENCEFALITĂ

Encefalul cuprinde **creierul**, cerebelul şi trunchiul cerebral. **Encefalul este partea superioară** a sistemului nervos, care controlează întreg organismul.

Encefalul reprezintă individualitatea mea, la cel mai înalt nivel. Chiar dacă, capul reprezintă, în general, individualitatea, **encefalul** este individualitatea mea interioară. Când există o afecţiune inflamatorie la nivelul **encefalului**, denumită **encefalită** (epidemia de gripă spaniolă din anii 1916-1920 este legendară). **Encefalita** corespunde unei furii raportate la ceea ce sunt. Spun nu vieţii şi schimbărilor pe care mi le oferă. Îmi este teamă că îmi voi pierde individualitatea, ceea ce am dobândit şi ceea ce sunt. Îmi este teamă că îmi voi pierde controlul de sine sau legat de ceea ce mi se întâmplă sau mi se poate întâmpla. Mă simt limitat în exprimarea propriei mele persoane. Mă simt incapabil când nu îmi pot analiza viaţa şi totul este neclar.

Accept ↓♥ să mă deschid în faţa unor noi aspecte ale fiinţei mele şi să am încredere în viaţă. Înlocuiesc rigiditatea cu flexibilitate, încadrarea strictă a unor părţi din mine cu deschiderea, pentru a descoperi noi faţete ale mele. Îmi ofer **iubirea** şi înţelegerea de care am nevoie şi las pacea interioară să se instaleze în mine.

300. CREIER — EPILEPSIE

Epilepsia este provocată de o comunicare deficitară şi, în toate cazurile, de o hiperexcitabilitate între celulele **creierului.** Influxul nervos acumulat care rezultă creează o supraîncărcare şi formarea unor unde de şoc care atacă celelalte părţi ale creierului. Crizele de **epilepsie** pot avea intensităţi diferite. Astfel, pot face parte dintre persoanele care pur şi simplu sunt "pe lună" pentru câteva momente, cu pierderea **cunoştinţei** timp de câteva secunde: stare denumită "rău mai mic". Acest lucru indică faptul că vreau să fug de o situaţie, deoarece consider că am responsabilităţi prea mari. Trăiesc multă anxietate şi nerăbdare. **Creierul** meu se supraîncălzeşte, deoarece mă concentrez prea mult pe partea raţională în loc să trăiesc într-un mod mai spontan. Nu mai am acces la emoţiile mele şi nu ştiu ce să fac. **O criză de epilepsie** scoate în evidenţă o violenţă mare îndreptată împotriva mea însumi şi îmi arată faptul că am tendinţa de a mă pedepsi deoarece mă judec foarte sever. Pot face parte dintre persoanele care îşi pierd complet **cunoştinţa** şi care suferă de convulsii destul de puternice timp de cinci până la zece minute, stare denumită "marele rău". Faptul de a trăi o astfel de situaţie înseamnă cu siguranţă că eu cred că viaţa nu îmi aduce decât respingere, violenţă, furie şi disperare. Am impresia că trebuie mereu să mă lupt.

Mă simt persecutat. Mă simt vinovat de agresivitatea care creşte în mine şi o refulez. De altfel, îmi reprim toate sentimentele care vor să se exprime. Incertitudinea mă face să am mintea plină de idei, dar toate aceste idei sunt cam înceţoşate. Acest lucru determină o mare instabilitate în viaţa mea. Am impresia că trăiesc într-o închisoare, având sentimentul că a trebuit să mă supun anturajului meu, iar libertatea mea a fost distrusă. Mă simt sub **puterea** cuiva sau a ceva mai puternic decât mine. Trebuie să mă lupt cu un inamic pe care uneori nici măcar nu îl cunosc. Opun atât de multă rezistenţă încât, corpul meu trebuie să se elibereze de această supraîncărcare de emoţii şi de frustrări. Trăiesc o angoasă foarte puternică care mă face să pierd controlul asupra comenzilor mele. Îmi este teamă că voi pierde pe cineva sau ceva ce îmi aparţine şi că voi fi separate de acel lucru sau acea persoană. În viaţa mea suflă un vânt de panică, deoarece am impresia că nu mai am control asupra vieţii mele. Mă protejez prin **conştientizare**. Deoarece relaţiile mele cu ceilalţi şi cu societatea sunt foarte dificile, vreau să mă deconectez total, pentru un timp, pentru "a-mi trage sufletul". Acest lucru arată dualitatea profundă în care mă aflu şi impresia că sunt prins în capcană. Îmi place să mă pedepsesc şi să mă port dur cu mine. În loc să îmi ascult intuiţia şi să trăiesc în prezent, trăiesc în mintea mea şi acord prioritate gândurilor mele şi lucrurilor pe care mă oblig să le fac. "Circuitele mele nervoase" se supraîncălzesc. Vreau atât de mult să îmi controlez anturajul încât, corpul meu devine "în afara controlului" tocmai pentru a mă face să **conştientizez** că singura stăpânire pe care o pot avea este asupra mea însumi. M-am săturat, acest lucru mă solicită prea mult. Resping această viaţă care se încăpăţânează să mă facă să sufăr. Vreau să devin insensibil şi mă retrag în mine. Adeseori mă incită disperarea şi furia. În acelaşi timp mă simt persecutat de viaţă şi o las să îndrepte o anumită violenţă asupra mea. Respingerea de sine este extremă şi astfel rezultă un conflict de individualitate. În timpul crizei de **epilepsie**, corpul meu devine inert pentru a protesta împotriva rănilor şi convulsiile apar asemenea unor valuri puternice care mă ajută să scot furia, amărăciunea şi agresivitatea atât de îndelung reprimate. Nu am altă soluţie decât să mă las purtat de sentimentele puternice din interiorul meu. Îngrop în inconştient acele situaţii care mă fac să sufăr atât de mult, deoarece îmi este teamă că mă vor disturba sau mă vor face să sufăr. În acel moment, mentalul nu deţine niciun control. Am impresia că mă lupt cu o fantomă. În timpul crizei observ mişcările efectuate, care exprimă ceea ce eu nu am putut sau nu am vrut să manifest înainte, prin cuvinte sau gesturi. Este ca o eliberare. **Epilepsia** le atrage atenţia celor din jurul meu asupra marii mele nevoi de **iubire** şi de atenţie. Cauza profundă a **epilepsiei** se regăseşte **adeseori în copilărie,** ajungând chiar până în timpul perioadei intrauterine. Fiind copil, m-am culpabilizat foarte tare şi acest lucru m-a urmărit apoi toată viaţa: a devenit o luptă cotidiană. Poate fi vorba, de asemenea, de un abuz (sexual sau de altă natură) sau de un eveniment perceput ca un abuz sau de o respingere dn trecut sau o situaţie din copilărie trăită ca o **separare.** Faptul de a te simţi separat de cineva implică o pierdere a contactului pe plan fizic cu acea persoană. Poate fi vorba despre relaţia cu tatăl meu, cu care aş fi vrut atât de mult să fiu apropiat şi să facem multe lucuri împreună. Sau poate fi o situație legată de proprii mei copii despre care nu mai știu prea multe sau cu care am pierdut contactul. **Criza de epilepsie** poate fi așadar o formă de a obține sau de a câștiga mai multă atenție sau de a-mi întări sentimentul de superioritate. Iar cum **epilepsia** indică o supraîncărcare a **circuitului nervos**, acest lucru demonstrează că "acel ceva" cu care am de a face în viața de fiecare zi ocupă prea mult loc, se creează astfel o situație în care trebuie să aleg. Acest sentimente de a fi supraîncărcat poate fi rezultatul evenimentelor pe care le amplific (le exagerez) în mentalul meu. Această exagerare poate duce la aroganță, care mă determină să cred că eu nu sunt oricine. De asemenea, poate exista o tendință de a abstractiza prea mult sau o adeziune prea mare la domeniul psihic. Astfel evit să mă confrunt cu realitatea obiectivă. **Epilepsia** poate fi, de asemenea, consecința unei frici foarte puternice pe care o am față de moarte, boală, frica de a pierde pe cineva etc. De exemplu, pot apărea probleme de motricitate, care se adaugă fricii mele, ca pentru a mă împiedica să merg, dacă trebuie să merg la o înmormântare (asociată cu moartea) și nu vreau să merg. Mă aflu în imposibilitatea de a face ceva imediat! Devin **conștient** de ceea ce se întâmplă în mine și accept↓♥ să nu îmi mai concentrez eforturile doar pe aspectele negative și să văd cât de multă frumusețe și iubire îmi oferă universul. Prin aceste **crize de epilepsie**, corpul îmi spune să mă trezesc, să nu mai trăiesc în închisoarea mea de gânduri.

Accept↓♥ să mă relaxez și să îmi trăiesc viața din plin, mult mai spontan. Renunț să îi mai controlez pe ceilalți. Mă eliberez de toate aceste emoții pe care vreau să le împărtășesc cu ceilalți, știind că este singura modalitate de a ieși din închisoarea pe care mi-am construit-o. Astfel îmi voi găsi adevărul și locul care mi se cuvine.

301. CREIER — HEMIPLEGIE *Vezi: CREIER / [ABCES AL...] / ACCIDENT VASCULAR CEREBRAL [A.V.C.]*

Hemiplegia este paralizia unei jumătăți a corpului (stânga sau dreapta) provocată de o leziune a **creierului.** Poate surveni după un șoc puternic, atât fizic cât și emoțional, precum moartea unei ființe dragi ("jumătatea mea scumpă"), lucru care va produce de obicei o stare de disperare profundă și o sensibilitate puternic afectată. Am impresia că am fost "**împușcat**". O altă cauză poate fi o explozie de furie. De exemplu, dacă am fost crescut de două **mame**, iar acest lucru nu îmi convine deloc. Corpul meu îmi spune că o parte din mine nu mai poate acționa, că nu mai are forță. Este un sentiment de neputință față de o situație contradictorie? Mă simt rupt în două, ca și cum s-ar smulge ceva din mine sau ar fi smulsă de lângă mine o persoană dragă. Am nevoie să fiu ajutat tot timpul, deoarece nu îmi pot îndeplini singur sarcinile cotidiene. Fac lucrurile pe jumătate și mă deranjează acest lucru. Sau poate fi vorba despre faptul că îmi trăiesc viața pe jumătate. Partea cuprinsă de paralizie indică care parte a creierului este afectată, cea afectivă (partea dreaptă) sau partea rațională (cea stângă).

Accept↓♥ să îmi acord timp pentru a-mi vindeca rănile, știind că orice experiență, oricât de grea ar fi, mă ajută să devin o persoană mai puternică și mai conștientă.

302. CREIER — HIDROCEFALIE

Hidrocefalia este un exces de lichid cefalorahidian în cavitatea creierului. În acest caz, mă întreb mereu care este locul meu pe acest pământ. Mă simt abandonat și mi se întâmplă chiar să cred că nu am ajuns pe planeta care trebuie. Port cu mine o tristețe profundă deoarece am impresia că nu ar fi trebuit să mă nasc. Îmi este foarte greu să fac față realității. Uneori mi se întâmplă să mă gândesc că aș vrea să mă întorc acolo sus, deoarece nu mă simt în armonie cu acest mediu. Emoțiile mele continuă să se congestioneze și sunt la limita de "a se revărsa".

Accept↓♥ să las să circule gândurile și emoțiile mele și astfel să intru în contact cu corpul meu și cu universul din jurul meu. Sunt sigur că am un rol de jucat aici și accept↓♥ să îl descopăr și să mi-l asum. Trăiesc bucuria momentului prezent!

303. CREIER— HUNTINGTON (boala lui...) sau (COREE a lui ...) *Vezi: CREIER — TICURI*

Boala lui **Huntington**[23] sau **coreea lui Huntington** sau **coreea ereditară** este o boală rară, considerată ereditară, care atinge sistemul nervos și contracția mușchilor. Se manifestă de obicei între 30 și 50 de ani prin mișcări sacadate și o deteriorare evolutivă a intelectului. Boala provoacă anumite tulburări mentale: impulsivitate, agresivitate sau depresie. Trăiesc într-un deșert emoțional, mă simt complet deconectat de ceilalți, mai ales de partenerul sau partenera mea. Trăiesc un gol imens. Sunt bântuit de dorințele mele pe care le consider de nerealizat. Îmi caut identitatea. "Vânez" relații, mai ales dacă sunt singur, dar sunt doar relații superficiale. Ceilalți mi se par inaccesibili. Și pentru că nu îmi împlinesc dorințele, mă simt frustrat, plin de ranchiună. Mă plimb de colo-colo, mă arunc asupra a tot ce văd, crezând de fiecare dată că am găsit ceva ce mă va face fericit. Dar nu trăiesc decât o dezamăgie după alta.

Accept↓♥ aici și acum să devin responsabil de viața mea. Învăț să mă cunosc, să îmi recunosc emoțiile și puterea pe care o am de a-mi schimba viața. În loc să aștept ceva de la ceilalți, îmi realizez singur obiectivele. În loc să vreau să mă sprijin de ceilalți, mă conectez la puterea mea interioară. Merg în propriul meu ritm. Îmi ascult simțurile și îmi acord timp pentru a savura fiecare moment al vieții, chiar și cele mai mărunte lucruri. Acest lucru mă va ajuta să mă reconectez la viața de aici și îmi va conferi un echilibru mai mare.

304. CREIER — MENINGITĂ *Vezi: INFLAMAȚIE, SISTEM IMUNITAR, CAP*

---

[23] **Huntington** (George): medic american (1851-1916) stabilit la New-York. A practicat medicina la Long Island și a descris în anul 1872 formele cronice ereditare ale coreei. Coreea eredofamilială îi poartă numele.

Meningita este o infecție a lichidului cefalorahidian rezultată dintr-o inflamație a membranei care acoperă **creierul** și măduva spinării. Meningita indică o slăbire a sistemului imunitar și o incapacitate de a se autoproteja.

Meningita semnalează o slăbiciune și o incapacitate de a lupta împotriva presiunilor exterioare puternice, mai ales pe plan intelectual. De multe ori înseamnă o dificultate de a mă proteja. Fiind hipersensibil, trăiesc totul mai intens și sunt afectat mai puternic, chiar și de lucruri care par banale altora. Am atât de multe gânduri care se ciocnesc unul de altul încât îmi "apasă" creierul. Îmi găuresc constant **meningele.** Acestui lucru i se adaugă toate sentimentele mele de agresivitate, de frustrare pe care sunt incapabil să le exprim. Mă simt **agasat** dar nu știu cum **să mă apăr.** O parte din mine este inexistentă, aproape moartă, deoarece o reneg sau o ascund de mine însumi și de ceilalți: este partea mea creativă, extravagantă, sensibilă. Prefer să mă topesc în mulțime, să trec neobservat. Mă simt ca într-o închisoare, dar în același timp prefer acest lucru decât să mă privesc în oglindă și să descopăr cine sunt cu adevărat. În loc să privesc în **inima♥** mea să văd ce se întâmplă, prefer să rămân în minte. Este un mod de a mă proteja. Sunt hipersensibil și am tendința de a lua totul asupra mea și de a rezolva problemele întregii planete ! Îmi este teamă că îmi "voi pierde capul", că "mi se taie capul", că "îmi sare capul" ca atunci când îmi este teamă, de exemplu, că îmi voi pierde locul de muncă. Este posibil ca, în copilărie, să fi fost prea cocoloșit de **mama**, iar acum trebuie **să mă apăr** eu singur. Sau pot simți faptul că iubirea este respinsă în casa în care trăiesc sau că ceva sau cineva de aici "mă calcă pe nervi". Această boală este ca un mesaj care îmi spune să mă feresc de loviturile care vin din exterior și să nu mă simt vinovat de acțiunile celorlalți, responsabilizându-mă în același timp. Altfel spus, este o **revoltă** care amenință, sunt constrâns și sunt cuprins de spaimă. Pentru că **creierul** acționează asupra întregului corp, **meningita** implică o slăbiciune interioară puternică, care mă atacă în străfundul ființei mele.

Pentru că **meningita** pune în pericol central de comandă a corpului meu, **creierul,** trebuie să accept↓♥ imediat să iau decizia de a trăi și de a deveni propriul meu stăpân, de a "ține capul sus" și de a face să țâșnească în mine această forță interioară care mă va ajuta să continui să am o viață plină de experiențe minunate. Învăț să am încredere și accept↓♥ să descopăr comorile care se află în **inima♥** mea. Descopăr, de asemenea, toate emoțiile pe care le-am reținut atât de mult timp și accept↓♥ să le las să plece. Descopăr talentele pe care le am. Mă reconectez cu partea mea creativă și artistică și îmi ajut **creierul** să respire puțin. Îi dau ocazia de a se odihni, iar nivelul meu de stres și presiunea interioară se vor diminua. Învăț să "fiu" în toată simplitatea. Redevin astfel stăpân pe viața mea.

305. CREIER — PARALIZIE CEREBRALĂ

Paralizia cerebrală apare adeseori încă de la naștere și se manifestă printr-o anomalie la nivelul creierului. Țesutul cerebral este paralizat parțial sau în întregime, în funcție de natura traumatismului. În acest caz, mă întreb adeseori de ce, încă de la naștere sufăr de această **paralizie.** Pot presupune că este vorba despre o traumă a karmei, anterioară[24], un model sau o experiență "dinainte de naștere" atât de violentă, un traumatism mental atât de intens încât produce o închidere completă, oprirea oricărei mișcări spre viitor, care împiedică avansarea. Într-un fel sunt prizonierul propriului meu trecut, al unei structuri care mă limitează, în loc să mă ajute să evoluez și să cresc. Mă pot simți paralizat, forțat să merg pe un drum care nu îmi convine. Poate fi vorba și despre așteptările părinților față de mine, ale societății sau chiar ale familiei, ale strămoșilor mei, care speră sau au sperat că astfel vor repara greșelile din trecut. Ca și cum eu aș putea "spăla onoarea" și "salva blazonul" familiei. Oare sunt capabil să îndeplinesc această misiune?... Despre **paralizia cerebrală** se spune deocamdată că este o stare ireversibilă (spun "deocamdată" deoarece nu putem prevedea medicina viitorului) și nu pot fi eliberat din această stare, în ciuda **iubirii** necondiționate și a atenției celor din jurul meu. Când apare o vindecare, aceasta este mai degrabă pe plan spiritual.

306. CREIER — PARKINSON[25] (boala lui...) *Vezi și: NERVI, TREMURAT*

Boala lui **Parkinson** reprezintă deteriorarea centrilor nervoși **ai creierului,** mai ales în zonele care controlează mișcările. Apare un tremurat care afectează mai ales mâinile și capul. Atunci când tremur și **mă scutur** înseamnă că resimt (sau văd) un pericol care pândește o persoană pe care o iubesc sau pe mine însumi și simt o frică de a pierde controlul (pe care îl pierd tot mai mult !), nesiguranță sau neputința de a merge înainte în viață. Mă simt, de asemenea, incapabil sau neputincios să merg spre mai bine. Consider că viața mea este foarte **haotică** și am nevoie de mai multă stabilitate, dar se pare că îmi este greu să am această stare. **Clatin** din cap în semn de disperare. Îmi este teamă de viitor, de moarte. Așadar, la ce bun să duc lucrurile până la capăt ? Este posibil, de asemenea, să fi trăit un traumatism, un abuz sau dificultăți care au lăsat urme și față de care am sentimente de durere, de frustrare, cu culpabilitate, de furie, de depresie, care mă epuizează, mă descurajează și nu le mai pot face față. Este posibil să mă fi simțit limitat referitor la mediul meu educațional prea sever sau în care performanța era pe primul loc. Probabil am fost un copil prea **agitat.** Când sunt perfect sănătos și tremur, acest lucru se întâmplă de multe ori deoarece sunt nervos și îmi este teamă să îndeplinesc o sarcină din cauza lipsei de încredere în mine. **Mi-e teamă** tot timpul că se va întâmpla ce e mai rău. Aceleași tremurături pot să se manifeste mai frecvent și automat și mai târziu, vor fi diagnosticate ca fiind **boala lui Parkinson.** Deci, dacă sunt atent este posibil să descopăr că am trăit multe situații în care mi se impunea o anumită modalitate de a acționa, lucru care îmi dădea o stare de nervozitate interioară. Eram **împiedicat** să fiu eu însumi. Putea fi, de asemenea, o situație în care trebuia să fiu reținut. Când mă simt "cu nervii la pământ" şi vreau ca durerea să **înceteze**, corpul meu supraîncărcat nu mai poate suporta şi acest lucru determină reacţii permanente ale acestuia[26]. Este ca şi cum ura pe care am acumulat-o îmi face tot corpul să se mişte. Gestul care mi-a fost interzis vrea să se manifeste, ca şi cum ar vrea să arate că sunt încă viu. Am impresia că mă aflu într-o maşină care staţionează şi nu poate să înainteze. Trebuie să fac lucrurile "pe loc" şi acest lucru mă irită foarte tare. Mă distrug încet şi determin deteriorarea funcţiei nervoase actuale. Neputinţa de a mişca **membrele superioare** (mai ales braţele şi mâinile) îşi are adeseori cauza într-o situaţie pe care o trăiesc şi în care vreau să resping pe cineva, ceva sau un eveniment sau, din contră, pe care aş vrea să îl "strâng" şi să îl reţin şi mă simt incapabil să fac acest lucru (fie pe plan fizic, fie pe cel moral. Această situaţie poate determina consecinţe foarte grave, ajungând chiar până la moarte. Se poate întâmpla atunci când partenerul meu este pe punctul de a părăsi corpul fizic şi vreau să îl reţin cu toată puterea mea. Am impresia că am ratat această misiune şi este ca şi cum corpul meu a înregistrat un stres şi simţind nevoia de a se elibera, începe să se mişte, fără "permisiunea" mea. Dacă îmi sunt afectate **membrele inferioare** (coapsele şi picioarele), aş fi vrut ca, datorită lor să resping sau să aduc spre mine persoana, lucrul sau evenimentul în cauză. Vreau să fug din această situaţie, în care mă simt depăşit şi pe care o percep ca fiind fără ieşire. Am tendinţa de a controla totul, iar boala îmi reaminteşte faptul că nu pot deţine controlul asupra celorlalţi. Nu îmi mai controlez nici măcar propriile mele membre ! Vreau cu disperare să îi controlez pe ceilalţi, dar sunt **conştient** de faptul că nu pot fi stăpân decât pe mine însumi.

---

[24] **«O traumă karmică anterioară»**: pentru cei care cred în reîncarnare, înseamnă că există o cauză legată de o viață anterioară

[25] **Parkinson** (James): medic englez (1755-1824) care a descris boala *paraliziei cu tremurături*, care astăzi îi poartă numele

Accept↓♥ să redevin responsabil, să învăţ să îmi controlez viaţa MEA şi nu pe a ceorlalţi, având încredere în Viaţă şi îmi spun că merit să trăiesc. Mă las îndrumat de **iubire.** Este mult mai uşor să îi las pe ceilalţi liberi. În loc să vreau să le demonstrez celorlalţi ceva, accept↓♥ să arăt tuturor universul meu interior, cu toate emoţiile care s-au acumulat în el în timpul acestor ani. Sunt eu însumi, cu **inima♥** mea de copil şi acum îmi trăiesc viaţa într-un mod spontan.

307. CREIER — SINCOPĂ

Sincopa se defineşte prin pierderea completă a **cunoştinţei,** de scurtă durată, dar reversibilă. Pierderea cunoştinţei provine dintr-o lipsă de oxigenare a **creierului.** Poate fi consecinţa unui stop cardiac, dar nu neapărat. Poate fi sub formă de asfixiere sau în legătură cu vasele de sânge care se dilată brusc în urma unui şoc emoţional, lăsând foarte puţin sânge în **creier**, deci puţin oxigen. Pentru moment, spiritul îmi părăseşte corpul. Este ca şi cum aş fi ales să mă retrag în mine şi să mă deconectez de la lumea fizică, sunt revoltat deoarece nu ştiu cum să fac faţă unei astfel de situaţii. Mi-am pierdut speranţa de a fi eliberat. Vreau să mă retrag din viaţă deoarece, ceea ce se întâmplă este prea mult pentru mine. În loc să urmez ceea ce îmi spune vocea mea interioară, prefer să urmez ceea ce aşteaptă ceilalţi de la mine. **Sincopa** este un semn că trebuie să "mă trezesc" şi să fac ceea ce îmi place cu adevărat. Această stare nu poate fi comparată decât cu cea a unui yoghin[27], acesta stăpâneşte o disciplină care îi eliberează spiritul de toate constrângerile corpului, prin armonizarea mişcării, a ritmului şi a respiraţiei.

Accept↓♥ să **conştientizez** lucrurile care m-au determinat să fug astfel de corpul meu fizic. Ce angoasă, ce sentiment de panică interioară au provocat o asemenea situaţie ? Ştiu că în orice împrejurare sunt îndrumat şi protejat şi accept↓♥ să rămân pe deplin conştient de viaţa din mine. Îmi reiau locul în univers şi astfel pot respira din plin !

308. CREIER — SINDROMUL ADAMS-STOKES *Vezi: CREIER — EPILEPSIE / SINCOPĂ, VERTIJ*

Sindromul Adams-Stokes[28] este un accident neurologic datorat unei diminuări bruşte a irigării cerebrale. Deoarece bătăile **inimii♥** se răresc, este nevoie să mă întreb care este situaţia din care vreau să mă sustrag, pe care nu ştiu să o gestionez. Am dureri puternice şi mă agăţ de câteva amintiri dureroase. Îmi este greu să trăiesc momente de bucurie deoarece există un doliu neterminat (de ordin afectiv sa profesional). Adun multă amărăciune, sunt încăpăţânat şi nu vreau să renunţ. Resping răgazul care m-ar ajuta să trec mai departe, dar îmi este teamă de necunoscut.

Încerc să raţionalizez această frică şi accept↓♥ să fac travaliul de doliu pentru acea situaţie. Accept ↓♥ să las deoparte toate lucrurile pe care nu le pot controla şi care sunt nocive pentru mine. Îmi concentrez atenţia pe lucrurile bune din viaţa mea. Îmi deschid spiritul pentru a accepta↓♥ că trecutul este în spatele meu şi aleg să merg înainte, ştiind să văd lecţiile pe care le am de învăţat din experienţele mele anterioare. Astfel fac pace cu trecutul meu. Las viaţa să circule în mine şi în fiecare dintre neuronii mei. Sunt de acord să fiu receptiv la noile situaţii în care voi experimenta şi voi împărtăşi bucuria şi fericirea, precum şi să dau şi să primesc **iubire.**

309. CREIER — STARE VEGETATIVĂ CRONICĂ *Vezi: CRONICĂ [BOALĂ...]*

În această stare nu există activitate care poate fi depistată. Trăiesc într-o stare numită "**vegetativă**". **Creierul** meu este afectat în urma unei opriri prelungite a circulaţiei sângelui sau în urma unui traumatism cranian. Cum **creierul** corespunde individualităţii mele, trăiesc frici puternice sau culpabilitate, atât de intens încât vreau să fug din viaţă. Mă simt incapabil să duc proiectele până la capăt, să realizez ceva important. Deoarece îmi consider puterea limitată vreau să "mă deconectez" de lumea aceasta care mi se pare nedreaptă.

---

[26] Este interesant de observat că această boală afectează mai ales bărbaţii, care au o natură YANG, a acţiunii, lucru care implică mai mult mişcarea

[27] **Yogin:** o persoană care a atins un anumit stadiu în evoluţia sa spirituală. Prin practicarea meditaţiei, îşi poate părăsi corpul fizic în mod conştient, pentru o anumită perioadă de timp. Unele persoane îşi pot încetini sau chiar opri bătăile inimii pentru a o reporni apoi.

[28] **Adams-Stokes:** Robert Adams a descris ştiinţific sindromul pentru prima oară în anul 1827, urmat apoi de irlandezul William **Stokes** în 1854

În această stare accept↓♥ că faptul de a fi încă în viaţă le permite apropiaţilor mei să pregătească treptat plecarea mea din această lume şi să îşi exprime iubirea faţă de mine, în timp ce eu, mă pot pregăti în linişte să părăsesc această lume, pentru a trece la o realitate şi la un nivel de **conştiinţă** superioare.

310. CREIER — TICURI

Ticurile, definite ca fiind executarea spontană de mişcări repetitive şi involuntare, arată o dereglare a tensiunii nervoase şi un dezechilibru la nivelul **creierului.**

Dacă am unul sau mai multe **ticuri,** este posibil să fiu o persoană foarte emotivă, care refulează multă agresivitate şi care, în copilărie a primit o educaţie pe care a perceput-o ca fiind foarte rigidă şi perfecţionistă. Prin **ticuri** îmi exteriorizez neliniştea şi supărarea pe care le simt în interiorul meu. Este posibil să trăiesc o situaţie în care mă simt **în impas**, pironit. Simt că nu am timp şi că sunt în pericol. Există ceva pe cale să explodeze (poate propriile mele emoţii) sau un secret de familie vrea să iasă la suprafaţă. Dacă sunt băiat, este posibil să fi fost afectat de acţiuni cerute de cineva care reprezenta autoritatea. Acest lucru explică de ce sunt de patru ori mai mulţi băieţi care suferă de **ticuri**, decât fete. Fetele sunt, în general, mai receptive la autoritate, deci mai puţin afectate de acest aspect. Este posibil să mă fi simţit contrariat referitor la anumite mişcări care mi-au fost interzise în copilărie (de exemplu, când nu aveam voie să mă mişc, în biserică). Astăzi, chiar dacă contrar voinţei mele, corpul meu se mişcă, ca o reacţie sau o revoltă faţă de ceea ce mi s-a interzis să fac. Pot chiar să am impresia că "îmi pierd faţa" înaintea cuiva, ceea ce determină **ticuri** mai ales la nivelul feţei. Faţa mea vrea să respingă pericolul, pe agresor. Am fost iritat, enervat şi chiar **agasat**, iar acum **ticurile** mele sunt cele care mă agasează. Am ticuri la nivelul **mandibulei** dacă, în copilărie mi s-a spus des "să închid gura". Furia acumulată şi ne-exprimată se manifestă prin aceste **ticuri,** este ca şi cum aş vorbi în linişte. **Clipitul din ochi** neobişnuit poate însemna o experienţă din trecut în care "mi se făcea cu ochiul" sau vrea să arată că eu caut mereu atenţia şi privirea celorlalţi.

Accept↓♥ **să conştientizez** această stare, să curăţ blocajele din trecut şi să îmi exprim clar nevoile.

311. CREIER (tumoră la...)

Tumora este o proliferare excesivă a celulelor anormale în **creier. Tumora** este legată de **emoţiile refulate, de remuşcări profunde, de suferinţe din trecut,** pe care le întorc împotriva mea. **Tumora primitivă**[29], care se dezvoltă plecând de la celulele creierului, indică faptul că centrala mea de tratare a informaţiilor înregistrează încă anumite idei, credinţe sau scheme mentale care **nu mai au nicio raţiune de a exista** ! **Tumora** este rezultatul unui şoc emoţional foarte puternic, legat de o situaţie sau de o persoană pe care am iubit-o mult sau de ceva ce m-a făcut să sufăr foarte mult sau faţă de care mai simt încă ură, ranchiună, frică, furie, frustrare. Poate fi vorba despre tatăl meu, care mă devalorizează. În situaţii, în care trebuia mereu să mă depăşesc pe mine însumi, iar mintea mea se "supraîncălzea". Dacă **tumora** este situată în partea superioară a creierului, în mijloc sau la nivelul hipofizei, înseamnă de obicei că am trăit un şoc emoţional sau că îmi este foarte frică faţă de aspecte legate de spiritualitate, de intuiţie etc. Sunt foarte **încăpăţînat** şi refuz să îmi schimb felul de a vedea viaţa şi de a trata realitatea prezentă. Există un conflict mental puternic de a fi aici, în acest moment, de a accepta↓♥ viaţa şi tot ceea ce se află în ea. Sunt **rigid** şi **am idei fixe,** am o stare de confuzie interioară şi am o dificultate în a face bilanţul lucrurilor. Plutesc, sunt absent şi trăiesc în negaţie. Cred că capacitatea mea intelectuală este insuficientă pentru a găsi o soluţie la o situaţie exactă: trebuie să mă depăşesc cu orice preţ! Am o energie mentală care nu mai corespunde nevoilor mele profunde şi care este opusă dorinţelor mele divine. Corpul meu reacţionează puternic şi astfel apare o proliferare necontrolată a celulelor creierului. Este o stare critică şi periculoasă şi trebuie să îmi schimb atitudinea închisă într-o deschidere **a inimii♥** dacă vreau să pun capăt acestei **tumori.** Trebuie să **conştientizez** faptul că am de făcut o schimbare radicală în viaţa mea, iar acum este momentul ideal pentru a face această schimbare. Trebuie să mă desprind de trecut şi de toată energia negativă legată de trecut şi să îmi canalizez atenţia doar pe lucrurile pozitive şi pe ceea ce vreau să fac cu adevărat din viaţa mea.

Începând de acum, accept↓♥ să văd viaţa într-un mod mai deschis şi mai flexibil. Viaţa este în continuă schimbare şi evoluează mereu spre mai bine. Încrederea mea personală mă va ajuta să ating acest ţel. Accept↓♥ să-mi ascult mai mult vocea interioară, să fiu mai spontan şi las la o parte controlul mentalului meu.

312. CREVASA CUTANATĂ *Vezi: PIELE — RIDURI*

313. CRIZĂ CARDIACĂ *Vezi: INIMĂ♥ — INFARCT [... DE MIOCARD]*

314. CRIZĂ DE FICAT *Vezi: INDIGESTIE*

315. CROHN (boala lui...) *Vezi: INTESTINE— CROHN [boala lui...]*

316. CRONICĂ (boală cronică...)

Cuvântul **cronic** provine de la "chronos" care înseamnă timp. **O boală cronică** poate să se instaleze în luni sau ani de zile. În cazul unei boli, termenul de **cronică** sugerează ceva permanent, ireversibil, care nu se poate diminua sau corecta.

Dezvolt o boală cronică atunci când refuz să evoluez de teamă faţă de ceea ce îmi rezervă viitorul. Indiferent care ar fi **boala cronică** de care sufăr, este bine să mă întreb ce anume am impresia că nu pot schimba. În ce aspect al vieţii mele am impresia că îmi spun: "oricum nu se poate face nimic sau nu se poate schimba nimic ?" Sunt ca o dinamită pe cale să explodeze. Mă rețin atât de mult, am nevoie de o soluție pentru a schimba lucrurile. Ce "cadou" îmi oferă această boală sub formă de atenție din partea celor din jurul meu, de resemnare în ideea de a-mi schimba opinia asupra vieții etc ? Soluția cea mai simplă pentru mine este, fără îndoială, să nu fac nimic, deoarece se pare că nu pot face nimic altceva decât să mă resemnez.

---

[29] A se vedea nota de subsol referitoare la **cancerul generalizat, la secţiunea cancer (în general)**

Provocarea pe care o am de trecut este să accept↓♥ să îmi iau viața în propriile mâini, să îmi deschid **conștiința** la ideea că orice este posibil. Pot să mă documentez referitor la alte persoane care au suferit de boli cronice și care s-au vindecat. Ce demers au urmat ? Uneori, atunci când mijloacele convenționale nu dau rezultate, pot recurge la terapii alternative, energetice sau altele, **cu discernământ,** pentru a ști care dintre ele m-ar putea ajuta. Plecând de la ideea că orice este posibil, voi găsi mai ușor soluțiile care, dacă nu îmi vor vindeca complet boala, mă vor ajuta să îmi îmbunătățesc sănătatea fizică, emoțională și mentală.

317. CRUP *Vezi: GÂT — LARINGITĂ*

318. CRUSTĂ *Vezi: PIELE — ECZEMĂ*

319. CUADRIPLEGIE *Vezi: PARALIZIE [ÎN GENERAL...]*

320. CULPABILITATE *Vezi: ACCIDENT*

321. CUPEROZĂ *Vezi: PIELE — ACNEE ROZACEE*

322. CURBATURA

Curbatura este o senzație de durere, de oboseală musculară după un efort neobișnuit. Poate fi, de asemenea, etapa inițială a anumitor infecții virale (gripă, hepatită etc.). Se manifestă printr-un blocaj de energie la nivelul mușchilor. **Curbatura** este legată de durerea resimțită atunci când o nevoie (afectivă sau emoțională) nu a fost satisfăcută. Și cum energia acumulată în mușchi se exprimă de obicei printr-o mișcare sau printr-un gest, îmi blochez inconștient această energie la nivelul mușchiului. Sunt într-o reacție interioară (o durere mentală) și o exprim fizic prin această curbatură. Mă simt abătut, trist față de o persoană sau o situație. **Curbatura** se situează pe mai multe niveluri, iar **durerile osoase** indică o durere interioară foarte profundă. Această durere mă afectează până în adâncul ființei mele, spațiului meu.

Accept↓♥ să îmi schimb comportamentul, să mă mișc în direcția cea bună, fără să fiu în reacție. Accept↓♥ să fiu ceea ce sunt, să trăiesc în prezent, știind că viața îmi împlinește nevoile interioare cele mai importante.

323. CUSHING[30] (sindromul lui...) *Vezi și: GLANDE SUPRARENALE*

Reprezintă o consecință a unei producții în exces a unui hormon (corticoid) al glandelor suprarenale. Principalele simptome ale sindromului **Cushing** sunt obezitatea, localizată la față, la gât și trunchi (cocoașă de bizon), hipertensiunea arterială, vergeturile, o pilozitate excesivă, atrofie musculară și astenie (slăbiciune) etc. Există în acest caz o dezordine mentală și fizică, un dezechilibru care conferă sentimentul de a fi invadat de ceilalți, de a fi pierdut treptat orice contact cu propria mea forță. Am un sentiment de neputință și mă "înec" într-un prea plin de idei care mă invadează. Sunt pierdut, nu știu în ce direcție să merg. Astfel, prin reacție încerc să vreau, conștient sau nu, să îi distrug pe cei din jurul meu. Când aceste glande funcționează anormal, apar o serie de simptome, cunoscute sub denumirea de **simptom Cushing.** Îmi dau seama de faptul că, unele părți ale corpului meu se transformă: fața, gâtul, trunchiul și constat, de asemenea, că membrele inferioare slăbesc. Sufăr de un dezechilibru fizic și mental. Neputința mea mă face să nu mai am **conștiința** puterii mele interioare. Este ca și cum aș putea fi atacat în orice moment. Sunt într-o stare de supraviețuire și car după mine un trecut foarte greu. Este important pentru mine să reiau contactul cu realitatea prin gesturi care mă pot ajuta. Îmi folosesc puterea pentru a-mi îmbunătăți calitatea vieții. Învăț să am încredere în mine.

Accept↓♥ să îmi ocup locul cuvenit și să trăiesc în funcție de ceea ce simt și ceea ce sunt.

324. CUTICULE *Vezi: DEGETE — CUTICULE*

---

[30] **Cushing** (Harvey William): neurochirurg american (1869-1939) care a descris în anul 1832, câteva tulburări ale glandelor suprarenale

D

325. DALTONIAN *Vezi: OCHI — DALTONISM [NON-PERCEPȚIA CULORILOR]*

326. DECALCIFIERE *Vezi și: OASE — OSTEOPOROZA*

Decalcifierea este o diminuare importantă a conținutului de calciu dintr-un țesut, un organ sau un organism, cea mai frecventă fiind demineralizarea scheletului.
Mă simt fragil, am impresia că sunt urmărit de o soartă rea. Mă simt tăbăcit, lovit în intimitatea mea, rupt în interior de anumite situații sau persoane.
Ajung să mă depreciez, să mă diminuez și am impresia că îmi pierd puterea încetul cu încetul. Devin dependent de ceilalți și nu știu în ce direcție să merg. Am impresia că ratez ceva, că pierd ceva. Oasele fiind structura corpului, trebuie să îmi revizuiesc viața în ansamblul ei, modul meu de funcționare, reacțiile mele față de diversele situații pe care le trăiesc în prezent.

Accept↓♥ să am încredere în mine, să îmi recunosc calitățile și forța interioară. Aleg să trăiesc în funcție de valorile mele profunde. Învăț să mă poziționez și preiau controlul asupra vieții mele, știind că nimeni nu mă poate atinge. Sunt tot timpul protejat și îndrumat.

327. DEFICIENȚĂ DE AUZ *Vezi: URECHI-SURDITATE*

328. DEGETE (în general)

Degetele reprezintă prelungirea mâinilor și instrumentul care mă ajută să îmi manifest acțiunile în viața de fiecare zi. Reprezintă acțiunea în momentul prezent, detaliile cotidiene, dexteritatea și cunoașterea. Prin pipăit pot iubi, pot mângâia, alinta, construi și crea. Degetele mele sunt manifestarea concretă a gândurilor, a sentimentelor mele. O rană la un deget indică faptul că încerc să fac prea multe, mă agăț de detalii, merg prea departe sau prea repede. Îmi concentrez atenția pe prea multe lucruri și, în același timp, energiile mele sunt disparate. Sunt nerăbdător sau deranjat față de anumite mișcări pe care trebuie să le fac. Simțul datoriei este foarte încercat. Mă preocupă prea mult sarcinile pe care le am de făcut. Uit faptul că fiecare detaliu mărunt din viața mea, fiecare moment este prețios. Culpabilitatea mă face să îmi fie frică că voi fi "lovit peste degete" sau că "îmi voi mușca degetele" pentru că am spus ceva. Sunt nerăbdător față de câteva detalii mărunte, ceea ce pune în evidență latura mea de perfecționist. Indiferent de natura rănii (tăietură, arsură, bășică etc.) aceasta are legătură cu acțiunile mele prezente. De obicei, nivelul rănii și genul de țesut afectat (piele sau os) sunt importante. De exemplu, o tăietură până la os indică o rană mai profundă decât o simplă inflamație. Verific care sunt degetele afectate și răspunsul la întrebarea mea va fi mai clar. Dacă îmi rup un deget, trebuie să mă întreb în ce aspect din viața mea sau de cine mă simt strivit? Trăiesc în nesiguranță, deoarece îmi este teamă că voi pierde ceea ce am. Dacă am un deget sau mai multe curbate, este important să observ felul în care sunt curbate degetele și direcțiile pe care mi le arată. Dacă degetele sunt lipite, mă întreb dacă mă simt amestecat în toate activitățile pe care le fac sau în toate detaliile din fiecare zi? Dacă sunt prea îndepărtate unele de altele, este posbil să existe o dizarmonie sau un conflict care mă face să am o dificultate în a-mi echilibra viața afectivă, cea profesională, viața de familie și cea sexuală (în funcție de degetul care este afectat). Degetele care sunt încovoiate pot indica faptul că mă retrag în mine însumi sau că mâinile mele se închid pentru a închide pumnul, în semn de furie sau din dorința de a lovi pe cineva sau ceva. Degetele înțepenite indică inflexibilitatea mea față de detaliile cotidiene. Dacă sunt blocate, mă simt paralizat față de ceea ce am de spus sau de făcut. Îmi mușc degetele pentru a mă pedepsi fiindcă nu sunt capabil să îndeplinesc o anumită sarcină, ceea ce contravine principiilor mele de etică.

Începând de acum accept↓♥ să îmi acord timpul necesar pentru a face câte un lucru o dată, deoarece îmi accept↓♥ dimensiunea umană și nu mai sunt nerăbdător, deoarece astfel avansez prea repede.

329. DEGETE — DEGETUL MARE

Degetul mare are legătură cu presiunea, presiunea pe care mi-o plasez pe umeri precum și cea pe care le-o impun celorlalți! Este un deget puternic, care simbolizează forța, capacitatea mea de a lua ceva, nevoia mea de putere și care folosește la a împinge, a judeca, a presa precum și a aprecia acțiunile celorlalți (degetul mare ridicat în sus sau în jos) precum și propriile mele acțiuni. Este în legătură cu gura și cu gustul. Când ridic degetul mare în sus și țin mâna închisă, îmi exprim aprobarea, iar când degetul este îndreptat în jos, îmi exprim dezacordul. Degetul mare are legătură cu intelectul meu, cu comunicarea interpersonală și cu sensibilitatea mea. Un deget mare sănătos arată un echilibru între gândurile și sentimentele mele. Dacă sunt cuprins de angoasă, îmi fac tot timpul griji, degetul mare va fi afectat. Dacă mă simt "împins" de ceilalți sau de viață, voi avea tendința de a mă răni cu ușurință la degetul mare. Pot să mă simt împins, presat în lucrurile pe care le am de făcut, dar și obligat să ader la anumite moduri de a face ceva, la unele doctrine sau religii, fără să pot să mă opun, lucru care îmi poate afecta felul meu de a reacționa cu ceilalți. Uneori devin agresiv și reacționez față de ceilalți, deoarece nu fac lucrurile conform valorilor mele profunde. Ceea ce vreau cu adevărat să fac rămâne în gândurile mele, în loc să îmi realizez proiectele pe plan fizic. Degetul mare determină genul de raporturi pe care le am cu ceilalți și cu mine însumi. Dificultățile în acest caz pot fi în relație cu dificultatea mea de a lăsa la o parte problemele din trecut, credințele mele vechi. Atunci când un copil își suge degetul mare, în situații în care se simte vulnerabil, degetul mare reprezintă siguranța și protecția. Toate rănile la degetul mare sunt legate de un efort mental prea mare, o acumulare excesivă de idei și de griji, de obicei față de un copil și o tendință de a fi în defensivă. Oare comunicarea mea cu ceilalți este sănătoasă ? Îi împing prea mult pe ceilalți sau eu mă simt împins de o viață prea trepidantă ? Mă împing întotdeauna la fund ? La fel, atunci când mă satur prea mult de o anumită situație, degetul mare va fi afectat. În cazul în care am o fractură la degetul mare, înseamnă că viața mea trebuie să se schimbe în mod radical. Acest lucru îmi provoacă o angoasă interioară foarte mare, deoarece trebuie să îmi schimb obiceiurile pe care le am de mult și care au consecințe negative asupra mea. Degetul mare simbolizează, de asemenea, viața și supraviețuirea, dorința de a trăi (dacă țin degetul mare în interiorul mâinii strânse, sunt o persoană care introvertită, care poate vrea să moară sau care simte nevoia de a se retrage în sine, pentru a se apăra de lumea exterioară). Observ dacă îmi este teamă că voi muri și nu voi mai avea controlul asupra mea. Degetul mare îmi reamintește forța mea interioară, valoarea mea, forțele mele originale. Manifestă ușurința mea de a transforma în acțiune (pe plan fizic) aceste bogății interioare, care sunt toate dorințele și nevoile mele.

Începând de acum, voi face totul pentru a fi împăcat cu mine însumi. Observ semnele transmise de degetul mare și rămân vigilent atunci când se întâmplă ceva. Las tristețea mea interioară să iasă.

Accept↓♥ viața și situațiile care apar fără să dramatizez, deoarece știu că universul va avea grijă de mine ! Încetez să mai fiu negativ și accept↓♥ să mă sprijin pe propriile mele forțe și valori: acest lucru mă ajută să mă detașez de dependențele familiale de care eram agățat. Mă eliberez de prea-plinul de gânduri și accept↓♥ să fiu stăpân pe viața mea.

330. DEGETE — DEGETUL ARĂTĂTOR

Degetul arătător este degetul judecării și al cunoașterii și corespunde mirosului. Reprezintă ego-ul sub toate aspectele sale: autoritate, orgoliu, suficiență... În comportamentele mele non-verbale, faptul de a arăta degetul sau cu degetul, indică o respingere a autorității, fie ea parentală sau de altă natură. Încerc să exprim autoritatea într-un mod reactiv, adică în reacție cu diversele forme de autoritate prezente. Frica mea de autoritate poate chiar să îmi provoace tulburări digestive. Îmi este teamă că voi fi prins în capcană, că nu voi fi recunoscut la adevărata mea valoare. Îmi este teamă de autoritate și nu accept↓♥ prezența acesteia în viața mea. Vreau ca punctul meu de vedere să fie respectat cu orice preț ! Îmi folosesc degetul arătător pentru a-mi impune ideile, într-un mod destul de autoritar, este modul meu de a-mi afirma "puterea personală" și de a-mi ascunde sentimentul de neputință. Conștientizez faptul că, de obicei fricile mele mă determină să reacționez astfel. Am o mare sensibilitate emoțională și am nevoie să mă simt în siguranță în viață. Îmi este teamă de judecata celorlalți, de faptul că aceștia își vor reconsidera relația cu mine, fie ea de afaceri, amoroasă sau de prietenie. Realizez faptul că, a-l acuza pe celălalt sau a dori să am dreptate cu orice preț, nu duce la nimic. Îmi păstrez energiile pentru lucruri mai importante. Oare autoritatea mă deranjează cu adevărat ? Poate este vorba despre un sentiment de neputință sau de nesiguranță, care vine din copilărie, față de autoritatea parentală. Dacă mă devalorizez este posibil să am impresia că ceilalți mă ignoră sau vor să mă domine. Aș vrea să fiu eu pe primul loc, dar nu se întâmplă acest lucru. Sunt dezamăgit de mine, dar și de ceilalți. O fractură a degetului arătător indică faptul că mă agăț prea mult de anumite persoane sau situații: nu mai sunt capabil să mă controlez, ce ar putea să se întâmple ? Sunt anxios, chiar panicat, deoarece, în loc să îmi folosesc adevărata putere interioară, prefer să folosesc alte trucuri pentru a obține ceea ce vreau.

Începând de acum accept↓♥ formele de autoritate care mă deranjează, știind că există pentru a mă ajuta să evoluez în mod pozitiv. În loc să fiu frustrat față de acea autoritate, îmi caut adevărata forță interioară. În loc să trăiesc în mintea mea, accept↓♥ să trăiesc în inima♥ mea. Accept↓♥ astfel diferitele emoții și sentimente pe care le am. Îmi deschid spiritul. Îndrăznesc să mă privesc în oglindă și să am grijă de mine, în loc să îi arăt pe ceilalți cu degetul.

331. DEGETE— DEGETUL MIJLOCIU

Degetul mijlociu, degetul cel mai lung al mâinii, reprezintă creativitatea, sexualitatea, forța și furia. Simbolizează pipăitul, munca, productivitatea și fertilitatea. O rană sau o durere la acest deget însemnă că viața mea sexuală nu este așa cum aș dori sau că mă înclin prea ușor în fața destinului. Trăiesc o supărare sau o tensiune legate de insatisfacție și astfel, treptat apare furia. Această reacție mă împiedică să îmi realizez dorințele secrete. Partea mea creativă este restrânsă din cauza unei lipse de încredere. Mă neliniștesc prea mult și visez mult, în loc să îmi construiesc viața într-un mod real și permanent. Frustrările mele mă împiedică să merg înainte. Sentimentul meu de inferioritate mă îndreaptă spre dificultăți la nivelul sexualității mele, aceasta fiind un mod de a-mi exprima creativitatea. Pulsiunile mele profunde nu sunt exprimate. Am tendința de a trăi cu o atitudine extremă: să fug de responsabilități și să rămân pe loc sau să fiu tentat de aplicarea strictă a regulilor și să vreau să obțin cu orice preț ceva ce îmi doresc. Am încă o atitudine infantilă, ca și cum nu aș fi devenit încă adult, major. Începând de acum, identific care este aspectul sexualității mele sau al creativității mele, care este afectat. Care parte din mine vrea să crească, să evolueze, acceptând↓♥ responsabilitățile care vin cu acest lucru ? O fractură a degetului mijlociu indică o rezistență și o rigiditate, mai ales față de pipăit, ceea ce determină o agresivitate interioară foarte mare. Poate fi un aspect legat de cariera mea, de performanțele mele (sexuale, personale, intelectuale).

Accept↓♥ să îmi exprim mai mult nevoile, în loc să îmi arăt furia. Îmi dau seama de faptul că doar fricile mele sunt cele care mă împiedică să mă exprim. Experiențele mele sexuale devin mai bogate în loc să fie doar un mijloc de a umple un gol interior. Învăț să îmi creez viața în fiecare zi. În loc să insist pe imagine și pe aspectele superficiale, îmi fondez viața pe valorile mele și pe prioritățile mele interioare.

332. DEGETE — DEGETUL INELARUL

Inelarul, nume care vine de la "inel" simbolizează alianța sau uniunea și reprezintă legăturile mele afective. Reprezintă vederea și felul în care sunt în relație cu mine însumi. Inelarul meu este atins dacă mă ascund în spatele celorlalţi în loc să îmi ocup locul cuvenit, dacă viaţa mea este plină de dezordine şi de contradicţii. Reprezintă libertatea pe care mi-o acord şi felul în care mă aliez cu ceilalţi. Orice fel de rană la acest deget provine dintr-o supărare sau dintr-o dificultate în relaţiile mele afective: poate fi vorba de relaţia cu soţul/soţia, cu copiii chiar sau cu părinţii. Sau poate fi vorba despre relaţia cu un asociat sau cu cineva cu care am semnat un contract şi cu care am o relaţie privilegiată. Această rană este manifestarea exterioară a unei răni interioare despre care, probabil nu am vorbit nimănui. Este greu pentru mine să realizez uniunea cu mine însumi, să trăiesc cu această supărare interioară, care mă copleşeşte. Poate am tendinţa de a exagera situaţia. Ce anume mă deranjează ? Este posibil să sufăr de o formă de nedreptate faţă de o persoană sau o situaţie ? Deoarece nu mai deţin controlul asupra mea, încerc să exercit o putere asupra celorlalţi, când de fapt ar trebui să accept↓♥ să renunţ şi astfel, să mă eliberez. Trăiesc încă în funcţie de ceea ce spun sau gândesc ceilalţi despre mine şi acest lucru mă afectează. Este posibil să mă simt în pericol şi să am tendinţa de a mă agăţa de ceilalţi. Trăiesc o răceală la nivelul relaţiilor mele şi mă tratez şi pe mine într-un mod rece şi inuman. Fracturarea inelarului înseamnă faptul că uit prea mult de mine, în favoarea celorlalţi. O situaţie a devenit intolerabilă deoarece nu îmi acord suficient de mult spaţiu pentru a mă împlini şi a fi eu însumi.

Accept↓♥ să mă detaşez pentru a vedea mai bine situaţia. Ce anume mă împieddică să mă exprim ? Faptul că presupun reacţia celorlalţi ? Învăţ să verific şi realizez faptul că între a presupune şi a şti există o diferenţă foarte mare. Faptul de a verifica mă ajută să am relaţii mult mai armonioase şi să învăţ astfel să dialoghez. Accept↓♥ să mă împlinesc, să evoluez, să fiu fericit fiind în acelaşi timp în armonie cu cei din jurul meu.

333. DEGETE — DEGETUL MIC

Degetul mic este legat direct de inimă♥. Reprezintă familia şi toate aspectele legate de familie, mai ales iubirea, armonia, dar şi secretele şi minciunile. Este legat de auz şi de intuiţie. Simbolizează înţelepciunea, integritatea, adevărul, deschiderea spre mine însumi şi spre ceilalţi, comunicarea. De asemenea, poate reprezenta partea mea şireată şi pretenţioasă, folosită pentru a-mi satisfice nevoile personale. Când mă rănesc la degetul mic, acest lucru arată faptul că, trăiesc emoţii pe care ar trebui să le exteriorizez mai multe, în relaţie cu familia mea, o lipsă de armonie în interiorul cuplului sau pur şi simplu, lipsa iubirii de sine. Fac pe "surdul" şi nu ascult mereu mesajele pe care mi le transmite intuiţia. Am nevoie de o schimbare la nivelul relaţiilor mele cu ceilalţi, pentru a fi în armonie cu ideile mele noi, cu noile mele credinţe şi aspiraţii. O problemă la degetul mic, oricare ar fi ea (arsură, tăietură etc) denotă o emotivitate prea mare. Probabil am obiceiul supărător de a mă supăra din nimic şi emotivitatea mă acaparează. Devin pretenţios şi acest lucru mă dezechilibrează şi mă împiedică să înţeleg oamenii şi evenimentele din viaţa mea. În loc să mă las îndrumat de înţelepciunea mea interioară, am tendinţa de a trăi în funcţie de ceilalţi. Acest lucru îmi dă o stare de nesiguranţă şi de nehotărâre. Las la o parte intuiţia şi mă las condus de gânduri şi de nelinişti interminabile. Dacă îmi fracturez degetul mic, am nevoie să mă eliberez într-un aspect al vieţii mele care poate fi legat de autoritate. Poate fi, de asemenea, un secret pe care îl port de mult timp, care mă roade în interior.

Accept↓♥ să privesc evenimentele şi situaţiile cu simplitatea unui copil. Le dedramatizez şi dau dovadă de deschidere, învăţ să mă afirm şi să comunic. Voi merge înainte cu mai multă uşurinţă. Am nevoie de mult mai mult calm interior. În loc să joc un rol şi să trăiesc într-o lume în care aparenţele sunt mai importante decât fiinţa, am posibilitatea acum de a reveni la lucrurile simple şi la mine însumi.

334. DEGETE - ARTRITA LA DEGETE *Vezi şi: ARTRITĂ [ÎN GENERAL]*

Artrita este o inflamare dureroasă a articulaţiilor, care simbolizează critica, autopedepsirea, reprobarea, o lipsă profundă de iubire şi chiar un sentiment de neputinţă. **Degetele** (detaliile cotidiene) **cu artrită** indică un sentiment de a nu fi iubit şi de a fi victima evenimentelor din viaţa mea de zi cu zi. Îi las pe ceilalţi să mă conducă.

Accept↓♥ să mă iubesc şi să mă iert, deoarece dacă eu nu mă iubesc, cum ar putea ceilalţi să mă iubească ?

335. DEGETE — CUTICULE

Cuticula este un strat subţire de piele, un soi de peliculă care se formează la baza unghiilor. Cu cât este mai groasă şi creşte mai repede, cu atât mai mare este tendinţa mea de a fi aspru cu mine însumi. Mă critic des pentru lucruri mărunte, deoarece sunt perfecţionist.

Accept↓♥ să văd faptul că sunt o fiinţă umană în evoluţie şi fac tot ce pot. Încetez să mă mai judec atât de sever şi mă accept aşa cum sunt pentru a putea merge mai departe în mod armonios.

336. DEGETE DE LA PICIOARE

Degetele de la picioare reprezintă detaliile legate de viitor. Sunt o punte de echilibru şi mă ajută să percep solul, deci lumea în general. Dacă am o stare de nelinişte faţă de lume, apar crampe şi trăiesc o culpabilitate, pot să îmi sucesc un deget de la picior, să mă tai (ceea ce indică o lipsă de bucurie) sau să mă rănesc mai grav (fractură, ruptură). Un deget de la picioare sucit, o entorsă benignă indică faptul că vreau să schimb direcţia, să iau o decizie, dar mă opun schimbării, deoarece sunt prea ataşat de un lucru, o persoană sau o situaţie. Am obosit să am tot timpul responsabilitatea pentru ca totul să fie armonios. O fractură scoate în evidenţă sentimentul meu de monotonie. Rutina mea zilnică îmi dă o stare de siguranţă, dar în acelaşi timp, am nevoie de schimbare! Pot avea senzaţia că sunt cu capul în nori, ca un artist care trăieşte în imaginar. Este posibil să vreau, conştient sau nu, să omit detalii importante, iar faptul că mă rănesc, îmi atrage atenţia să fiu mai vigilent sau poate îmi fac prea multe griji pentru lucrurile mărunte pe care le am de rezolvat în viitor şi acest lucru mă îndepărtează de esenţial. Dacă am o dificultate de a merge până la capăt sau m-am fixat pe ceva sau, dimpotrivă, vreau să fac lucrurile prea repede, degetele de la picioare vor fi afectate. Tendinţa de a brusca lucrurile se exprima adeseori prin faptul că mă lovesc la unul sau două degete de la picioare.

Dacă gândurile mele sunt prea violente, mă lovesc tocmai pentru a-mi reaminti acest lucru. Dacă îmi scrântesc un deget, înseamnă că mă simt tot mai prins faţă de o direcţie pe care trebuie să o urmez. Mă simt înghesuit, vreau să fug, dar ştiu în sinea mea, că nu aceasta este soluţia.

Dacă există o deviaţie a degetului mare spre cel de-al doilea deget, înseamnă că există un conflict la un nivel profund, legat de valorile mele. Această deviaţie apare de obicei în momentul în care am o relaţie cu un partener/ă sau un părinte pe care îl consider foarte dominant. Fug de responsabilităţile mele şi îl las pe celălalt să ia deciziile. Am impresia că ceilalţi se ocupă de treburile mele, deşi acest lucru nu îi priveşte pe ei, deşi eu îmi reproşez, la rândul meu, că mă amestec în treburile celorlalţi. Deviaţia poate dispărea dacă mă responsabilizez şi îmi trăiesc astfel viaţa din plin. Deoarece degetele de la picioare sunt partea din corpul meu, care merge înainte, degetele îndreptate în jos, pot indica o nesiguranţă de a merge înainte, o dorinţă de a fi ţintuit la sol, pentru a evita mersul înainte. Degetele de la picioare sunt în acest caz ca nişte cârlige şi am tendinţa de a sta pe loc. Degetele îndreptate în sus indică faptul că am tendinţa de a trăi într-o manieră superficială, într-un mediu mai abstract decât cel terestru (concret). Degetele de la picioare chircite indică o confuzie mare legată de direcţia pe care o urmez şi absenţa libertăţii şi a clarităţii interioare, ceea ce mă determină să vreau să fug. "Degetul în ciocan" (grifa digitală) indică un stres şi respingerea ideii de a merge înainte. Poate însemna, de asemenea, frica de a fi prea abstract sau prea puţin structurat. Pentru a cunoaşte semnificaţia metafizică a fiecărui deget de la picioare, putem face referire la semnificaţia fiecărui deget, începând cu cel mare, până la cel mic. Este suficient să transferăm semnificaţia degetelor de la mâini, care semnifică detaliile din cotidian, la degetele de la picioare, care reprezintă detaliile legate de viitor. De multe ori, degetul mare este cel afectat. Acesta reprezintă ego-ul meu, convingerile, teritoriul meu. Când este atins, mă pot întreba dacă trăiesc un conflict faţă de obligaţiile pe care le am, referitor la legi sau faţă de autoritatea pe care mama o are asupra mea, fie că este vorba despre mama mea reală (degetul mare de la piciorul drept) sau simbolică (degetul mare de la piciorul stâng). Mă simt obligat să mă supun acestei autorităţi. Dacă degetul mare trece peste degetul al doilea, este posibil să am impresia că sunt responsabil sau că trebuie să împlinesc nevoile unui frate mai mic (sau soră mai mică) ? Dacă degetul mare este sub cel de-al doilea deget, este posibil să mă simt supus faţă de un frate mai mare (sau o soră mai mare). Dacă este deviat spre celelalte degete- hallux valgus, mă simt vinovat pentru că sunt fericit. Mă retrag în mine însumi, nu îmi mai găsesc locul în lume. Mi se impun foarte multe lucruri, vreau să mă salvez, dar nu ştiu în ce direcţie să merg.

Accept↓♥ să rămân deschis şi flexibil faţă de viitor. Având încredere în alegerile şi direcţiile pe care trebuie să apuc, degetele mele de la picioare vor fi în plină formă şi sănătoase. Voi avansa în viaţă cu convingere.

337. DEMENȚA Vezi: ALZEIMER [BOALA LUI...], SENILITATE

338. DEMINERALIZARE GENERALĂ *Vezi şi: OS — DECALCIFIERE*

Acest termen se foloseşte pentru a desemna pierderea de către schelet a elementelor minerale de care corpul are nevoie, precum fosforul, calciul, sodiul, fierul, siliciul, magneziul etc. O **demineralizare** poate duce la anemie. Se manifestă prin oboseală, o carenţă la nivelul oaselor, lipsa de somn. Petele albe de pe unghii sunt un semn de demineralizare. Corpului meu îi lipseşte vitalitatea şi energia. Îmi "pierd" mineralele şi îmi lipseşte tonusul. Oare am tendinţa să cred că viaţa îmi scapă sau că ratez ceva ? Mă ancorez în modele vechi până într-atât încât mă scufund în ele. Negativismul meu şi spiritul meu de victimă creează o scurgere a energiilor mele.

Accept↓♥ să am încredere în îndrumătorul meu interior şi învăţ să mă restructurez. Iau deciziile necesare pentru a face schimbările care se impun pentru a reorganiza anumite aspecte devenite nocive pentru mine şi pentru a gusta viaţa din plin. Accept↓♥ să îmi concentrez atenţia doar pe aspectele pozitive ale vieţii.

339. DEPENDENȚĂ *Vezi: ALCOOLISM, FUMAT, DROGURI*

Dependenţa este legată de un mare **gol interior,** de o tentativă exterioară de a împlini mai ales o nevoie de **iubire** de sine sau o lipsă afectivă legată de unul dintre părinţi. Prin **dependenţă** (alcool, droguri, mâncare, fumat, sport, sex, muncă) vreau să umplu acel gol, acea disperare şi acea tristeţe. Viaţa mea este dezgolită de sens, nu îmi satisface dorinţele cele mai profunde. Trăiesc revoltă faţă de lumea exterioară şi am o dificultate în a-mi îngriji egoul. Nu reuşesc să mă iubesc aşa cum sunt şi această incapacitate temporară se manifestă prin furie şi **ranchiună** faţă de univers. Trăiesc într-o închisoare psihologică în care mă simt sclavul unei substanţe sau al unui comportament. **Dependenţa** este un soi de **substitut** care mă ajută să trăiesc temporar într-o lume fără probleme. Alcoolul îmi conferă un anumit extaz şi ameţeală faţă de ceeea ce trăiesc. Drogurile "fără reţetă" (cocaina, heroina, haşişul, LSD, PCD, marihuana etc.) mă conduc spre senzaţii noi cu dorinţa de a atinge culmi necunoscute ale **conştiinţei.** Am impresia că mă simt în siguranţă şi într-o lume plăcută, dar mai devreme sau mai târziu mă confrunt cu nesiguranţa mea, cu incertitudinile şi fricile mele. **Fumatul** mă ajută să îmi "afum" emoţiile, care sunt ascunse în fum. **Mâncarea** foloseşte la umplerea unei lipse de tandreţe şi de **iubire. Dependenţa de dulciuri** în mod special, este un semn că trăiesc un gol faţă de căldura umană sau de tandreţe şi a faptului că îmi resping dorinţele. Orice formă de **dependenţă** antrenează reacţii ale corpului uman, mai mult sau mai puţin cunoscute. Aceste forme de abuz sunt fundamental negative şi, dacă este vorba despre o dependenţă puternică (droguri, de exemplu) pot apărea frici necontrolate (nevroze). **Dependenţa** se poate manifesta prin anumite tendinţe (sexuală, de exemplu) care este greu de controlat. Primul pas important pe care îl pot face este să **conştientizez** situaţia în care mă aflu. Acest lucru cere multă **iubire** şi curaj pentru a înfrunta şi pentru a distruge această formă de sclavie care îmi afectează viaţa. Identific lipsa pe care o am în viaţă, de care încerc să fug, atunci când mă "pierd" în altceva (droguri, de exemplu) sau în cineva. Dorinţa mea de a trăi este foarte mare, dar am impresia că nu voi reuşi. Mă simt ca cineva care pierde. Nu am locul care mi se cuvine în propria mea viaţă şi în societate. Îmi măsor fericirea în funcţie de reuşitele celorlalţi. Această **dependenţă** mă face să trăiesc un eşec după altul, lucru care îmi conferă un sentiment de neputinţă. Trebuie să las deoparte partea din mine care se simte vinovată şi ruşinată din cauza acestei **dependenţe.** Faptul de a mă judeca şi a mă critica ştiind că trebuie să îmi schimb comportamentul nu va face decât să îmi amplifice furia pe care o simt şi dificultatea de a mă elibera de ea. Îmi este teamă de eşec, îmi este teamă de trecutul meu.

Accept↓♥ să fiu deschis faţă de necunoscut, spre calea care mă va conduce spre obiectivele mele de împlinire de sine. **Iubirea** necondiţionată este începutul vindecării mele. Îi consult pe ceilalţi, caut, verific, fac primii paşi. Îmi îmblânzesc emoţiile interioare, deoarece acestea fac parte din adevărata mea personalitate. Caut să aflu ce fel de metodă de vindecare naturală mă poate ajuta să mă centrez, să fiu în armonie şi să îmi sporesc forţele interioare pentru a integra cu dragoste diversele lipsuri pe care le-am avut în copilărie. Îmi evaluez, de asemenea, responsabilităţile şi reintru în contact cu fiinţa divină care sunt. Astfel pot ieşi din **dependenţă** şi deveni autonom deoarece merit să fiu respectat şi iubit şi pentru că îmi accept↓♥ din plin valoarea şi calităţile, care fac din mine o fiinţă excepţională.

340. DEPIGMENTARE *Vezi: PIELE— LEUCODERMIE*

341. DEPOZITE DE CALCIU

Calciul este un mineral care corespunde energiei celei mai "rigide" a corpului uman, oasele. Calciul este legat de energia mentală, de structura mentală a fiinţei mele.

Depozitul se formează atunci când energia se fixează şi se cristalizează (ca şi pietrele de la ficat) într-un loc anume, provocând durere şi inflamare. De ce se întâmplă acest lucru ? Deoarece **depozitele de calciu** provin în general din gândurile fixe, din **lipsa de supleţe, legat de autoritatea** pe care refuz să o accept↓♥. Consider că, faptul de a mă plia la această exigenţă din viaţa mea mă împiedică să fiu complet liber. Modalitatea de a schimba aceste **depozite de calciu** în iubire este de a practica deschiderea spirituală şi de a pune accentul pe comunicare, pe mişcare, pe sport.

Accept↓♥ să fiu mai deschis faţă de ceilalţi: sufăr mai puţin din cauza autorităţii şi împărtăşesc mai mult cu ceilalţi. Astfel rămân autonom, liber şi plin de înţelepciune !

342. DEPRESIE *Vezi: NEURASTENIE*

Depresia nervoasă, numită de obicei **depresie**, este o stare patologică marcată de o **tristeţe profundă**, însoţită de o durere morală, de pierderea stimei de sine şi o încetinire a funcţiilor psiho-motorii. **Depresia** se traduce prin **devalorizare** şi **culpabilitate**, care mă rod în interior, două elemente fără de care nu există **depresie.**

Imediat ce rezolv unul dintre cele două elemente, voi ieşi din **depresie.** Dacă sunt o persoană **depresivă,** mă simt nefericit, simt că nu valorez nimic. Este posibil chiar să mă simt vinovat pentru ceea ce sunt. Trăiesc în trecut şi îmi este greu să mă detaşez de el. Prezentul nu există, iar viitorul mă sperie. Îmi este imposibil să trăiesc "aici şi acum". Prefer să trăiesc mereu în trecut, să privesc mereu în urmă. **Actualitatea** mă lasă indiferent. Nu am chef să fac nimic. Pentru a nu fi frustrat, mai ales pe plan sexual, mă privez de toate dorinţele mele. Nu vreau să mă ocup de mine. Este foarte important să fac o schimbare în modul meu de a vedea lucrurile acum, deoarece nu mai este ca în trecut.

Depresia este de multe ori o etapă decisivă în viaţă (de exemplu, în adolescenţă) deoarece mă obligă să mă redefinesc[31].

Vreau, cu orice preţ să am o viaţă diferită. Sunt bulversat între idealurile mele (visele mele) şi realitate (ceea ce se întâmplă) între ceea ce sunt şi ceea ce vreau să fiu. Există un dezechilibru interior (poate de ordin chimic sau hormonal) şi individualitatea mea este confuză. Mă simt limitat în spaţiul meu şi îmi pierd gustul de a trăi, esenţa existenţei mele. Mă simt inutil, nefericit, obosit, mă simt o povară pentru ceilalţi. Am tendinţa de a mă resemna uşor şi vreau să abandonez totul, să mă retrag. Îmi provoc multă presiune prin faptul că îmi îngrop emoţiile în adâncul meu. Când presiunea devine prea mare, apare **depresia:** ceilalţi sunt obligaţi să îmi preia unele responsabilităţi. Această presiune poate proveni de asemenea, de la părinţii mei sau de la partener/partenera de viaţă, de la şeful meu, sau pur şi simplu, din societate. Obligaţia de a reuşi, de a avea o reputaţie bună, de a oferi imaginea celui care a reuşit în căsnicie, în viaţa de familie, toate acestea contribuie la amplificarea stresului meu, mă întreb tot mai des dacă nu am fixat ştacheta prea sus şi imediat ce intervine un eveniment care răstoarnă totul, apare **depresia.** Mă simt presat, neputincios şi inferior. Cu alte cuvinte, **depresia** îşi are originea într-o situaţie pe care o trăiesc faţă de teritoriul meu, adică ceea ce îmi aparţine, spaţiul meu vital, fie că este vorba despre persoane (părinţii mei, copiii mei, prietenii mei etc.), animale (câinele meu, peştişorii mei etc.) sau lucruri (munca mea, casa mea, mobila mea etc.)

Conflictul pe care îl trăiesc poate fi legat de un aspect cu privire la teritoriul meu, pe care mă tem că îl **pierd**, de o **ceartă** cu privire la teritoriul meu şi care mă deranjează (de exemplu, certurile **clasice** între fraţi şi surori) sau de ceva ce am pierdut deja şi faţă de care îmi reproşez anumite cuvinte sau gesturi. Iată câteva expresii care arată cum mă pot simți: Mă sufoci !, Îmi iei aerul!, Vreau spațiu ! Uneori simt, de asemenea, o dificultate în a delimita sau a-mi marca spațiul, teritoriul personal. Ce anume îmi aparține doar mie și ce aparține celorlalți ? Sunt tot timpul nemulțumit de o situație care implică adesea un membru al familiei mele.

---

[31] Este important de menţionat faptul că şi copiii pot suferi de depresie. Este mai greu de identificat în acest caz sau părinţii nu îi acordă atenţie, dar se întâmplă destul de frecvent. În cazul în care sunt un copil care se culpabilizează uşor, cred că eu sunt cauza problemelor din familia mea sau din relaţia de cuplu a părinţilor mei, pot suferi de depresie ...

Persoanele depresive sunt adeseori foarte influențabile de către anturajul lor. Simt tot ceea ce se întâmplă în jurul meu și acest lucru îmi decuplează sensibilitatea, iar de aici provine un sentiment de limitare și impresia de a a fi invadat de către ceilalți. În loc să am o anumită detașare, trăiesc totul de prea aproape, lucru care îmi consumă multă energie, inutil. Chiar dacă aș lupta, știu că aș pierde. Am tendința de a nu termina ceea ce încep. Mi se pare foarte copleșitor sentimentul că tot ceea ce fac nu este suficient de bine. Pot avea tendința de autodistrugere. Sunt **nostalgic**, mă retrag în carapacea mea, **docil** ca un câine, pentru a nu deranja pe nimeni. Am impresia că **sufăr** și voi muri. Râsul nu mai face parte din viața mea. Pot, de asemenea, să am o "nevoie de atenție", pentru a mă ajuta să mă valorizez. **Depresia** devine în acest caz un mijloc inconștient pentru a-i „manipula" pe cei din jurul meu. Pot consuma multă energie asupra unui proiect sau pentru ceva care îmi place, dar nu este poate cea mai bună soluție pentru mine. Viața va avea grijă să îmi ofere altceva, un lucru care poate va fi mai bun pentru mine. Dar sunt atât de concentrat pe lucrul pe care mi-l doresc încât nu văd tot binele care mi se întâmplă. Trebuie să mă obișnuiesc să am o vedere de ansamblu asupra evenimentelor și să înțeleg că acest lucru este mai bun decât ceea ce îmi doream.

Depresia postnatală survine la câteva săptămâni după naștere, uneori câteva luni. Mă simt descurajată, îmi este teamă că nu mă voi descurca și nu știu ce să fac. Bebelușul poate a umplut temporar un gol. Acum mă confrunt cu mine însămi, cu golul și singurătatea pe care le simt. Deoarece nu cred în posibilitățile mele și în forțele mele, "nu știu cum voi reuși". Toate acestea pot fi amplificate de amintiri din propria mea copilărie sau de la nașterea mea, care au fost dureroase. Indiferent care este motivul **depresiei,** verific începând de acum cauzele auxiliare stării mele **depresive.** Poate am trăit o presiune în copilărie ? Care sunt evenimentele importante pe care le-am trăit în copilărie care mă fac acum să îmi consider viața lipsită de sens ? Care este drama vieții mele care încă mă roade în interior ? Este vorba despre pierderea unei ființe dragi, a rațiunii mele de a fi sau a direcției mele de viață, pe care nu mai reușesc să o găsesc?

Fuga de responsabilități și de realitate nu-mi folosește la nimic (sinuciderea, de exemplu) chiar dacă acest lucru pare a fi soluția cea mai ușoară. Este important să constat care sunt responsabilitățile mele, deoarece voi avea nevoie de ceva mai puternic decât antidepresivele pentru a alunga **depresia:** trebuie să ajung la originea acesteia, să vindec **răul** din suflet.

Cât despre **deprimare**, este o tulburare depresivă, o perioadă de tristețe, de dezgust, de slăbiciune, de copleșire, de descurajare. De obicei durează puțin (o zi sau câteva zile). Se mai numește și **depresie sezonieră** sau **depresie de iarnă**, fiind o stare care apare mai ales toamna și iarna. Este perioada în care se scurtează ziua, lumina. Am o nevoie mare să mănânc și să dorm, la care se adaugă simptomele **depresiei.** Întunericul care devine mai prezent, îmi amintește părțile întunecate ale personalității mele precum și situațiile conflictuale în care nu văd "lumina de la capătul tunelului" și pentru care mi se pare că nu există soluții. Privesc tot ceea ce mi se întâmplă într-un mod negativ. Mă simt victimă și neputincios. Mă retrag în mine însumi și întrerup orice comunicare, chiar și cu mine însumi, pentru a evita orice analiză și responsalibilizare.

Accept↓♥ să îmi acord un răgaz în viață. Privesc cu detașare ceea ce mi se întâmplă și accept↓♥ să văd care sunt lecțiile pe care le am de învățat. Îmi concentrez atenția pe prioritățile mele și îmi dau seama de faptul că viața îmi oferă multe cadouri. Îmi acord momente frumoase, timp pentru odihnă, pentru a-mi regăsi resursele. Astfel redevin stăpân pe viața mea și am energia necesară pentru a-mi duce la capăt toate proiectele.

Accept↓♥ să fiu unic. Am tot ceea ce îmi trebuie pentru a-mi schimba destinul și pot alege, în mod conștient, să las viermele să se transforme în fluture. Am de ales între "a abandona" și "a lupta". Încerc să rezist și să văd că lucrurile se petrec așa cum vreau eu. Devin mai disciplinat, încep lucrurile, câte unul pe rând, având grijă să termin ceea ce am început. Fiind mai responsabil dobândesc mai multă libertate și eforturile mele sunt recompensate. Reîncep să fac proiecte, să visez, să îmi creez viața așa cum vreau eu, respectând ceea ce sunt ! Nu mai am nevoie de aprobarea celorlalți. Îi las să trăiască și îmi acord dreptul și spațiul necesar pentru a mă împlini. Nu mă despart de sarcinile pe care le car după mine decât pentru a le conștientiza. Sunt eu însumi, pur și simplu. Dacă încetez să mai creez o presiune inutilă, **depresia** va dispărea.

343. DERMATITĂ *Vezi: PIELE— DERMATITĂ*

344. DERMATITA SEBOREICĂ *Vezi: PIELE — ECZEMĂ*

345. DESHIDRATAREA CORPULUI

Deshidratarea celulară este un deficit de apă și sodiu. Este asociată cu demineralizarea. Există undeva o pierdere, o secetă. Cum am ajuns să am o lipsă de apă sau de sare în corpul meu? Apa este elementul care curăță, purifică, face să circule ceva: fără apă, mor. Oare care parte din mine vrea să moară, care sunt emoțiile de care vreau să scap ? Care este obsesia care îmi consumă toată energia ? Mă distanțez de creativitatea mea și de potențialul meu interior. Nu mai văd soluția și este ca și cum m-aș retrage din viață, deoarece durerea este prea intensă. Mă las golit de energie, "secătuit" de ceilalți, deoarece îmi concentrez prea mult atenția pe ei.

Accept↓♥ să mă iubesc mai mult, să îmi hrănesc celulele printr-o hrană sănătoasă și cu apă. Îmi las toate emoțiile să se exprime prin intermediul creativității. Am grijă de mine, deoarece nimeni nu poate face acest lucru în locul meu.

346. DESPRINDEREA DINȚILOR *Vezi: DINȚI [DURERE DE...]*

347. DIABET *Vezi: SÂNGE — DIABET*

348. DIAFRAGMĂ

Diafragma este membrana musculară care separă partea superioară (plămânii și **inima♥**) de partea inferioară (ficat, stomac, intestine etc) a ființei mele. Reprezintă respirația, capacitatea de a mă abandona complet, respirând adânc. Când **diafragma** se comprină am senzația că mă retrag în mine însumi. Am nevoie "să fiu" relaxat pentru a putea să respir viața. **Diafragma** este eficientă atunci când mă abandonez vieții și nu atunci când vreau să controlez totul. Dacă apare o anumită tensiune, acest lucru se întâmplă deoarece **rețin, refulez sau blochez** benefice pentru mine. Pot trăi anumite situații care mă împiedică să îmi exprim liber gândurile și sentimentele cele mai profunde. Poate că modul meu de viață mă împiedică să fiu cu adevărat ceea ce sunt, lucru care mă face să respir într-un mod superficial și limitat. Mă simt strâmtorat, închis. O parte, un fragment din personalitatea mea este "fără lacăt". **Diafragma** este legată de primele mișcări ale foetusului, când descopăr că există și altceva în afara mea. La vârsta adultă, această zonă se blochează atunci când schimburile dintre lumea mea interioară și cea exterioară sunt în conflict, dacă fac, de exemplu, multe lucruri superficiale, fără profunzime.

Accept↓♥ faptul că viața îmi aduce multe lucruri bune. Începând de acum, nu mai este nevoie să fiu reținut, am încredere, îmi acord spațiul de care am nevoie și pot să merg mai departe în viață. **Diafragma** este un mușchi foarte important, care atunci când respir adânc mă ajută să intru în contact cu eul meu interior și să regăsesc energia universului. Începând de acum, văd viața într-un mod total diferit. Îmi exprim liber, aici și acum, gândurile, sentimentele și emoțiile profunde. Viața mea este plină de frenezie și entuziasm !

349. DIAREE *Vezi: INTESTINE — DIAREE*

350. DIAREEA CĂLĂTORULUI *Vezi: INTESTINE— DIAREE*

351. DIFTERIE *Vezi și: GÂT, LARINGE*

Difteria este o boală infecțioasă care mai întâi se manifestă printr-o angină a mucoaselor, apoi eventual leziuni provocate de toxină la nivelul sistemului nervos (paralizie), al rinichilor sau al **inimii♥**. **Difteria** se caracterizează prin formarea unor membrane la nivelul laringelui și al faringelui (gât) provocând o umflătură. Am o dificultate la înghițire. Deoarece gâtul mă ajută să vorbesc, să comunic, acest lucru indică faptul că **mă rețin** în timpul comunicării cu ceilalți. Nu reușesc să exprim ceea ce simt, **îmi înghit** emoțiile și nevoile. Îmi este teamă că mă înec în emoțiile reținute. Mă sufoc cu tot ceea ce nu exprim. Mă simt ridicol să trăiesc o angoasă atât de mare. Îmi este teamă (sau mi-a fost teamă) că nu sunt capabil să "țip" după ajutor dacă sunt în pericol și acest lucru revine mereu în visele mele. **Îmi este frică de respingere** și interpretez dinainte reacțiile celorlalți. Îi las pe ceilalți să îmi controleze viața în tăcere și supunere. Îmi este greu să îmi accept ↓♥ corpul. Fug de mine însumi și îmi este frică de moarte.

Trebuie să **conștientizez** faptul că am murit deja, în mai multe aspecte ale vieții mele, deoarece nu las curentul natural al vieții să curgă în mine și să se exprime prin mine.

Accept↓♥ faptul că este esențial să îmi fac cunoscute nevoile și sentimentele în loc să le sufoc. Trebuie să mă schimb. Trebuie să mă accept↓♥ așa cum sunt și să învăț să mă iubesc. Cântatul poate fi un mijloc foarte bune de a-mi exersa gâtul și de a celebra viața. Dacă mă iubesc și mă respect, ceilalți mă voi iubi și mă vor respecta la rândul lor.

352. DIGESTIE (durere de...) *Vezi: INDIGESTIE*

353. DINȚI (în general)

Dinții simbolizează **deciziile**, poarta de intrare solidă care mă ajută să mușc din plin din viață! Realitățile interioare și exterioare trec prin dinții mei, care reprezintă unul din mijloacele prin care mă exprim în acest univers. Dinții sunt organe anexe foarte dure care reprezintă energia fundamental a ființei mele, a integrității mele. Capacitatea interioară de a primi ideile noi, **iubirea**, hrana spirituală, precum și echilibrul și stabilitatea mea, se manifestă prin **dinții** sănătoși și puternici. Dinții sunt, într-o oarecare măsură, oglinda ființei. Când mâncarea trece prin gură, aceasta transmite sentimente care pot afecta dinții, pe termen mai lung sau mai scurt. **Dinții** sunt atinși mai întâi (chiar dacă este vorba, de exemplu, doar de o carie superficială) și apoi organul moale care este legat de dinte. Astfel, un dinte alterat (o carie de exemplu) indică o **slabă afirmare de sine**, o realitate inacceptabilă pentru mine și teama de a mă poziționa în univers, cu toate responsabilitățile pe care le implică acest lucru. Dificultatea mea de a-mi dobândi autonomia și independența, de a **accede** la ceea ce îmi doresc, se reflectă în durerile de dinți. Chiar dacă îmi este greu să iau anumite decizii bune pentru mine, trebuie să fiu deschis în fața mijloacelor pe care le am pentru a depăși situațiile cele mai delicate. Pentru multe dintre animale, **dinții** reprezintă mijlocul cel mai eficient de a se apăra în caz de atac din exterior. Dacă mă simt în pericol și nu știu cum să acționez, **dinții** vor reacționa. **Dinții** reprezintă, de asemenea, voința mea de merge înainte, de a reuși, capacitatea mea de a da viață gândurilor și emoțiilor mele. Un conflict puternic, legat de culpabilitatea referitoare la o situație emoțională reflectată în cuvinte, sau orice alt tip de deranjament interior se poate manifesta printr-o reacție a **dinților** și chiar a **gingiilor**.

Durerea la nivelul dinților sau al gingiilor apare atunci când conflictul nu este rezolvat și, în mod conștient sau nu, decid că "timpul va aranja lucrurile". Vreau să limitez daunele, dar **dinții** mei vor fi cei care se vor strica. Situațiile nerezolvate, emoțiile nexprimate, îmi "putrezesc" **dinții**. Pot deci să "strâng" din dinți pentru a mă apăra de o agresiune exterioară într-o situație care mă face să reacționez foarte puternic. Închid ușa, rezist în fața lucrurilor care vor să intre în mine sau, din contră, lucrurilor care au nevoie să iasă din interiorul meu.

Incisivii (dinţii din faţă) se raportează la faptul de a avea de "tranşat" ceva, legat de o alegere, adică de a spune da sau nu, de a face sau nu o anumită acţiune etc. **Caninii** exprimă faptul de a putea exercita o anumită autoritate asupra deciziilor pe care le am de luat. Asemenea unor colţi, simbolizează capacitatea sau obligaţia mea de a mă apăra singur. Pot fi afectaţi atunci când mă simt "sfărâmat" în faţa unei decizii pe care o am de luat. Muncesc cu multă înverşunare şi am impresia că nu îmi voi putea atinge scopurile. **Premolarii** îmi arată gradul meu de acord cu privire la deciziile mele. **Molarii** reprezintă gradul meu de mulţumire cu privire la deciziile pe care le-am luat sau pe care le voi lua. **Smalţul dentar** este atins atunci când am impresia că nu am dreptul "să muşc" dintr-o situaţie, din cauza moralei sau a educaţiei primite (sunt prea bine educat pentru a face aşa ceva...) De asemenea, pot avea impresia că sunt "folosit" de către cei apropiaţi, deoarece nu am nicio barieră pentru a mă apăra. **Dentina** este afectată atunci când consider că nu sunt capabil de a "muşca" dintr-o situaţie, când nu am încredere în mine şi în capacităţile mele. Realitatea şi viaţa cotidiană mă apasă greu: vreau să fug de ele.

Accept↓♥ să rămând deschis faţă de **iubire** fără să îmi fie teamă că voi pierde recunoştinţa celorlalţi. Când am dinţii sănătoşi zâmbesc mai mult şi sunt mai deschis spre comunicarea non-verbală cu ceilalţi. Mă iubesc aşa cum sunt, cu toate calităţile mele. Trebuie să am grijă de **dinţii** mei, care îmi "îmbracă" personalitatea. Mă ajută să am o comunicare clară şi precisî, fiind capabil să-mi exprim cu cuvintele potrivite gândurile şi emoţiile. **Dinţii** nu au mască ! rămând eu însumi, fără să mă judec, fiind în acelaşi timp deschis în faţa criticilor celorlalţi. Îmi transform gândurile în iubire veritabilă şi **dinţii** mei rămân sănătoşi.

354. DINTE (abces la rădăcina dintelui...)

Deoarece acest **abces** se află în ţesutul care acoperă rădăcina dintelui, acest lucru arată furia mea faţă de o decizie pe care o am de luat. Cum infecţia este plasată în cavitatea centrală a dintelui, acest lucru indică o situaţie contradictorie pe care o trăiesc, în legătură cu o decizie care mă "roade pe dinăuntru". Este ca un vulcan mic care erupe şi care lasă să ţâşnească emoţiile negative reprimate mult timp. Este posibil să simt o durere interioară puternică faţă de hrana afectivă de care am nevoie şi pe care am impresia că nu o am. Dacă există o **ruptură afectivă**, mai ales în relaţie cu mama sau cu copiii mei şi adun în mine durerea sau dezamăgirea, simţindu-mă vinovat de ceea ce se întâmplă, **abcesul** va reapărea. Rădăcinile mele profunde sunt readuse în discuţie.

Accept↓♥ să iau acea decizie cu cât mai multă **iubire** şi armonie, ţinând cont de valorile cele mai elevate care-mi guvernează viaţa, respectându-mă pe mine şi pe ceilalţi.

355. DINŢI (carie dentară)

Caria dentară este manifestarea unei **dureri interioare** extreme. Caria manifestă în exterior ceea ce se întâmplă în profunziumea persoanei respective. Ceva mă **roade** până în adâncul fiinţei mele. Nu reuşesc să exprim acest rău care mă roade şi astfel apare inflamaţia. **Dintele** începe să se strice şi adeseori este dureros, în funcţie de sensibilitatea nervoasă existentă la nivelul dintelui. Când tensiunea emoţională devine prea intensă, se transformă la nivel fizic în **carie dentară**, care corespunde exact situaţiei pe care o trăiesc[32].

Deoarece fiecare **dinte** reprezintă un aspect particular al personalităţii mele şi a vieţii mele, **caria** îmi arată faptul că eu refuz sau resping acel aspect şi mă autodistrug.

Dacă dintele respectiv este plombat, emoţiile legate de el vor fi închise până când voi deveni conştient de ele. Structura dintelui este cea mai rigidă structură din corpul uman. **Caria dentară** se referă la aspectul mental. Oare este vorba despre **ura**, **ranchiuna** sau remuşcările faţă de cineva, în special faţă de o autoritate ? Este posibil să "îmi arăt dinţii" atunci când mă simt atacat. Care este adevărata cauză a durerii mele ? Principala cauză va spori şansele de a opri acest proces de distrugere. Este posibil să îmi port pică deoarece tac cu privire la un aspect şi astfel îmi fac rău mie însumi. Sau poate am trăit o situaţie în care voiam să "muşc" pe cineva în poziţie autodefensivă, acţiune pe care nu am făcut-o, deoarece "un copil bine educat nu face astfel de lucruri". În copilărie aveam adeseori carii, deoarece aveam un "dinte"[33] împotriva cuiva. Am primit puţină afecţiune (semne de afecţiune precum tandreţe, blândeţe etc.). Ceilalţi au râs de mine şi am fost foarte rănit, până în profunzimea dinţilor.

Este posibil, de asemenea, să trăiesc un conflict în familie în care îmi asum cu greu ceea ce primesc de la ceilalţi şi trebuie să filtrez acest conflict printre **dinţi** prin mestecare. **Dinţii** mă ajută să filtrez şi să aleg ceea ce intră în interiorul meu şi asfel, în universul meu, în general. Cu cât am mai multe **carii**, cu atât mai mult mă rup de mine însumi şi mă apropii mai mult, inconştient, de moarte, deoarece fiecare **carie** manifestă o parte vitală din mine care este moartă sau pe cale de a muri şi un conflict pe care îl trăiesc, care rămâne fără soluţie. Durerea se exprimă prin **carie** şi poate genera alte dureri fizice, corelate de durerea de dinte.

Accept↓♥ să încetez să mai caut cauza fizică (alimentaţie, zahăr etc.). Îmi las gândurile să evolueze şi îmi schimb modul de a vedea situaţiile din viaţa mea. Pot să mă întreb ce "hrană" emoţională şi raţională (gândurile mele) nu îmi mai este benefică şi pe care ar fi bine să o înlocuiesc printr-o altă hrană mai sănătoasă şi mai echilibrată ? Abordez viaţa cu mai multă pasiune şi astfel ajut **măselele de minte** să se dezvolte şi să se întărească. Va fi mult mai bine pentru mine !

356. DINŢI (durere de...)

Problemele dentare sunt legat de **decizii**, mai ales când este vorba despre o **durere de dinţi.** Amân luarea unei decizii deoarece consecinţele acelei alegeri mă sperie, îmi dau o stare de nesiguranţă. Acestui aspect i se adaugă responsabilitatea personală, capacitatea mea de a lua decizii, fără să îmi fie teamă de ceea ce se va întâmpla mai târziu[34]. Această nehotărâre poate proveni din faptul că nu am o vedere de ansamblu asupra unei situații și astfel nu pot trage concluziile adecvate. **Dinții mei avansează** prea mult spre exterior dacă sunt prea grăbit în deciziile pe care le iau, când vreau ca totul să meargă mai repede. Adeseori fac compromisuri pentru ca ceilalți să mă iubească. Dacă dinții mei sunt orientați mai mult **spre interior** am tendința de a pune frâne, de a mă retrage în mine însumi. Dacă am o durere foarte puternică, este posibil ca acea durere să fi apărut deoarece îmi port pică pentru că nu pot comunica ceea ce vreau eu. Aș vrea să "îmi arăt dinții", să "mârâi" pentru a mă poziționa, pentru a-mi arăta forța și a arăta că exist. Vreau să fiu ascultat, respectat. Dar, dimpotrivă, eu "închid gura". O afecțiune a **rădăcinii** dintelui arată furia pe care o am față de o situație sau un membru al familiei pe care îmi este teamă că îl voi pierde. **Durerea** reapare de obicei în situațiile "dureroase" când trebuie să mă detașez față de o situație sau față de o persoană. Dacă nu am rezolvat în totalitate o situație, durerea poate persista chiar și după extracția dintelui. **Durerea** îmi arată faptul că, furia pe care o simt este inutilă și că trebuie să încetez să mă mai stresez cu privire la aspectul de care se leagă durerea de dinte. **Conștientizez** faptul că, dacă îmi comunica nevoile și dorințele, **durerile** de dinți nu mai au sens să apară. În copilărie, dacă **dinții mei cresc cu dificultate**, înseamnă că mă simt pierdut, nu știu pe cine sau pe ce anume să mă sprijin. Trăiesc angoasă și nesiguranță. Dacă, din contră, nu am **nicio sensibilitate**, este vorba despre modalitatea mea de a fugi de situațiile neplăcute, de a închide urechile la mesajele pe care mi le transmite corpul meu. Când este vorba despre **tartru pe dinți**, este o formă de **agresiune interioară**, o reacție care nu a fost rezolvată și care reapare la suprafață. Acest lucru mă poate determina să-mi înăspresc pozițiile față de deciziile pe care le am de luat sau pe care le-am luat deja. Trăiesc pentru ceilalți în loc să trăiesc în funcție de propriile mele aspirații și de voința mea personală. **Tartrul** devine un soi de armură pentru dinții mei, pentru a mă proteja de atacurile din exterior. Când **îmi rup un dinte** trăiesc o confruntare față de cineva sau ceva mai puternic decât mine și mă încăpățânez să continui să mă bat pentru ideile mele sau pentru ceea ce cred. Sunt rigid și merg până dincolo de capacitățile mele.

---

[32] Vezi:explicaţiile pentru fiecare dinte în parte - **Dinţi**, simbolismul dinţilor

[33] "Am un dinte împotriva cuiva" – port pică cuiva sau urăsc pe cineva

În cazul în care **persistă dinții de lapte**, înseamnă că mă agăț de anumite comportamente de copil, deoarece îmi este teamă să cresc. **Dacă îmi pierd dinții prematur,** am impresia că ceilalți iau deciziile în locul meu. Nu pot să "mușc din viață". Dacă ajung să îmi pierd dinții (când îmbătrânesc, de exemplu) poate însemna faptul că viața mea nu îmi mai aparține mie, deoarece ceilalți iau deciziile în locul meu. Nu vreau să "îmi mai arăt dinții" renunț, împotriva voinței mele, la creativitate, la tinerețea mea. Dacă unii dintre dinții mei încă nu s-au dezvoltat, înseamnă că îmi este greu să trăiesc: nu văd cum aș putea deveni

independent, mai ales față de mama mea și cum aș putea să mă exprim liber, fără să îmi fie teamă de consecințe. Desprinderea dinților are legătură cu frica de a-mi fi descoperit un secret pe care nu l-am spus nimănui. Toate acestea mă rod de-a lungul anilor. Astfel mă pierd și nu mai am nicio limită deoarece, asemenea unui cameleon, vreau prea mult să mă adaptez la ceilalți pentru a fi iubit și acceptat↓♥. A sosit momentul să îmi delimitez spațiul vital și să mă eliberez de acest secret care mă roade, pentru a face energia să circule și a "mușca" din plin din viață.

Accept↓♥ să găsesc un mijloc de a-mi structura mai mult gândurile și ideile. Astfel îmi va fi mai ușor să iau inițiativele cele mai bune referitor la ceea ce trăiesc acum și să îmi schimb comportamentul. Accept↓♥ să fiu conștient de ceea ce se întâmplă în viața mea, să înțeleg esența determinării care îmi gestionează universul. Verific partea afectată de **problemele dentare** și aduc soluția potrivită. Dacă sunt afectați dinții din partea de sus, mă gândesc la intuiție și la instinct, în cazul celor de jos, este vorba despre o decizie din planul rațional și logic, ceva de ordinul voinței fizice.

357. DINȚI — PROTEZĂ, IMPLANT DENTAR

Proteza dentară îmi dă iluzia unei vitalități puternice. De fapt, la fel ca și dinții adevărați, dă impresia de a fi adevărată, sinceră, ca și dinții reali ! Nimic nu este însă mai fals ! Deoarece vreau să obțin un răspuns clar, merg până în profunzimea lucrurilor. Sunt capabil să îmi trăiesc experiențele cu curaj și sinceritate, ca și cum aș avea dinții reali ? Sunt determinat să fiu ceea ce sunt cu adevărat, să mă afirm, să fiu întreg, să "mușc" din viață ? Dacă proteza mă rănește (în urma unei așa zise ajustări proaste) mă simt și eu rănit, chiar dacă inconștient, de un părinte acaparator, exigent sau care "îmi otrăvește" viața: dinții de sus, indică faptul că este vorba despre tatăl meu, partea mea rațională, Yang, iar cei de jos, au legătura cu mama, cu partea afectivă, intuitivă, Yin. Acest lucru mă împiedică să devin autonom. Încetez să mai trăiesc în funcție de ceilalți.

Accept↓♥ să fiu eu însumi și îmi regăsesc satisfacția și fericirea de a mă afirma.

358. DINȚI (scrâșnirea dinților...) — BRUXISM *Vezi și: AUTORITARISM, MAXILARE [DURERE DE...]*

Dinții reprezintă deciziile și o anumită formă de agresivitate. **Scrâșnirea dinților**, denumită și **bruxism**, reprezintă o **furie inconștientă**, care urcă la suprafață, o furie refulată, care se exprimă mai ales noaptea. Am o mare nervozitate interioară, mă abțin din a face sau a spune anumite lucruri. Și pentru că nu reușesc să iau decizii clare și precise, **scrâșnirea din dinți** este **expresia fizică a tristeții și a agresivității mele reprimate** față de o situație care îmi este insuportabilă. Asemenea unei uși care scârțâie, **scrâșnirea dinților** scoate la lumină frica mea de a mă deschide pentru a lua decizii, iar zgomotul exprimă o formă de geamăt interior, faptul că mă simt prins ca într-o **vrajă rea**. Vorbesc în liniște, pentru a elibera ceea ce nu pot exprima prin cuvinte, tot ceea ce a rămas nespus, tot ceea ce am îngropat în interior în timpul zilei. Copiii sunt foarte des afectați de **bruxism:** de la o vârstă fragedă învață diferitele relații de autoritate și jocurile de putere care există. Dacă îmi este frică să îmi exprim opiniile și mă simt "prea mic" în fața părinților mei, a bonei sau a învățătorilor, ajung să **scrâșnesc din dinți.** Indiferent la ce vârstă se manifestă, **bruxismul** indică o tensiune interioară puternică. Trăiesc o dualitate mare între mintea mea și **inima** mea și pasiunea mea, rezultatul fiind pasivitatea.

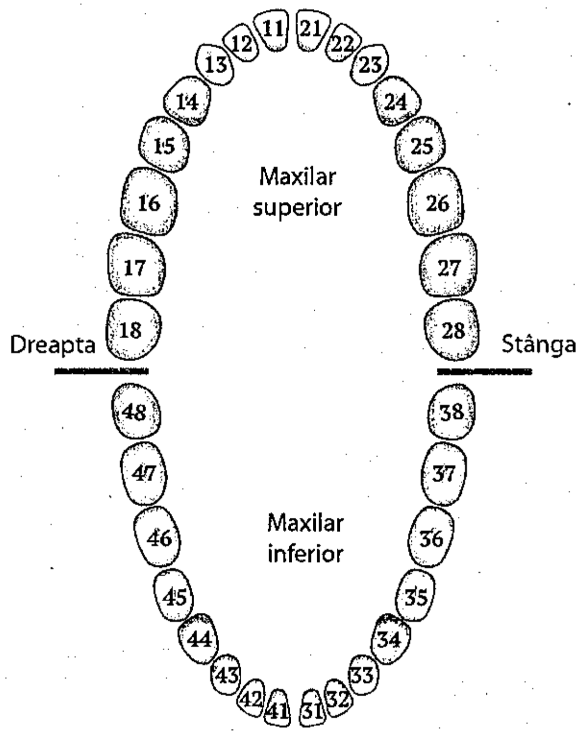
---

[34] De aceea atât de multe persoane au o frică de a merge la dentist. De multe ori, dau vina pe frica mea de siringi și de injecții pentru a justifica faptul că nu merg la dentist. Dar, inconștient știu că; faptul de a se lucra pe dinții mei, mă determină să ating emoții neplăcute, de care vreau să fug. Este un lucru frecvent să ne simțim mai emotivi și mai sensibili cînd mergem la dentist.

Accept↓♥ să **conștientizez** această stare fără să o refulez și să o exprim așa cum o trăiesc în prezent. Îmi accept↓♥ sensibilitatea și emoțiile care ies la suprafață și realizez faptul că incertitudinile mele mă determină să trăiesc mai multă tensiune interioară decât faptul de a prelua inițiativele care se impun. Atunci când iau o decizie, mă eliberez și mă simt mai împlinit.

359. DINȚI (simbolism al dinților...)

N.B. Poziționarea se face cu fața la persoană. Prin urmare:



În partea stângă pe maxilarele superioare (dinții 11-18) și cele inferioare (41-48) în dreapta persoanei, care corespund creierului stâng (partea rațională, concretă, materială, analitică)
În partea dreaptă, **maxilarele superioare (dinții 21-28)** și **inferioare (dinții 31-38),** în stânga persoanei, care corespunde creierului drept (afecțiune, intuiție, dorință, sensibilitate).

Deoarece **dinții** sunt vii și au un process de evoluție care durează mai mulți ani, este interesant de observant faptul că, fiecare dintre ei este legat de un sentiment sau de o emoție care, prost gestionat, generează o slăbire a acelui dinte. Dacă există dinți pierduți pe **partea superioară dreaptă (dinții 11-18)** am o dificultate în a-mi găsi locul cuvenit. **Partea superioară stângă (dinții 21-28)** indică faptul că am o dificultate în a-mi realiza dorința mea de a fi. **Partea inferioară dreaptă (dinții 41-48)** face referire la dificultatea mea de a-mi construi viața concret. **Partea inferioară stângă (dinții 31-38)** indică faptul că nu primesc în familie recunoașterea afectivă de care am nevoie.
Incisivul central superior drept (11) corespunde relației cu tatăl, partea masculină a ființei umane, autoritatea, divinitatea. **Incisivul central superior stâng (21)**
Incisivul central superior stâng (#21) corespunde mamei, părții feminine din ființa umană. Dacă există un spațiu între cei doi înseamnă că cei doi poli ai mei, masculin și feminin sunt disociați. Dacă sunt femeie, indică faptul că am îndoieli referitoare la relația mea de cuplu. Dacă sunt bărbat, am o dualitate față de femei: mă simt atras, dar în același timp descurajat de ele. Existența unui spațiu între cei doi incisivi denotă dificultatea mea de a forma un cuplu, atât în exterior cât și în interiorul meu. Dacă unul dintre incisivi îl încalecă pe celălalt, cel de dedesubt reprezintă părintele pe care eu îl consider dominant, iar dintele din interior reprezintă părintele pe care eu îl consider dominat, șters.
Incisivii centrali inferiori (#31 și #41) fac referire la locul pe care îl ocupă concret, în viața cotidiană, mama și tatăl meu sau persoanele care îndeplinesc acest rol. Alături se găsesc **incisivii laterali (#12, 22, 32, 42)**. Aceștia sunt în relație cu incisivii centrali. Dacă am o dificultate cu unul dintre părinții mei, sau persoanele care îi reprezintă, incisivii laterali își vor schimba poziția, dinamica mea sau reacțiile mele față de principiile masculin și feminin, fiind repuse în discuție. Incisivii laterali sunt sub sau peste cei centrali dacă vreau să fiu mai puternic decât părinții mei, să fiu mai mult decât ei, independent, nesupus unei autorități. Vreau să îi domin pe părinții mei sau ei se eclipsează singuri. Cu cât incisivii laterali sunt mai avansați, cu atât am vrut mai mult să mă distanțez mai devreme de părinții mei. Această situație există față de mama mea, dacă incisivul lateral stâng (#22) este deasupra și față de tatăl meu, dacă este vorba despre incisivul drept (#12) care este deasupra celui central **#11.** Dacă **incisivii laterali** se află în spatele celor centrali, adopt o atitudine de supunere față de unul sau amândoi părinții sau mă simt supraprotejat.
Caninii (#13, 23, 33, 43) apar la momentul pubertății (pe la 13-14 ani) când energia sexuală se dezvoltă. Corespund marilor transformări interioare pe care le trăiesc. Dificultățile legate de corpul meu, de sexualitatea incipientă, de capacitatea mea de a face alegeri, vor afecta caninii. **Caninul superior drept** (#13) este în legătură cu o schimbare care se vede sau se manifestă în exterior, cu proiectele și cu viziunea asupra viitorului, cu datoriile și obligațiile care mă pot face să nu mă exprim liber. **Caninul superior stâng** (#23) este legat de schimbările interioare și de supunere. Dacă, de exemplu, am o dificultate legată

de apariția menstruației, este posibil ca acest canin să fie afectat. **Caninul inferior stâng** (#33) fiind în fața caninului #23, corespunde schimbărilor interioare care se concretizează în exterior, în familie. Dacă trebuie să trăiesc totul în tăcere, caninul #23 va fi afectat. Am tendința de a trăi ca un sclav și de a mă simți obligat să îi servesc pe ceilalți. **Caninul inferior drept** (#43) reprezintă determinarea mea și dezvoltarea corpului. Dacă, de exemplu m-am oprit din creștere foarte devreme, acest canin va fi afectat.

Primii premolari (#14, 24, 34, 44) reprezintă cine sunt, ceea ce vreau. Dacă acești dinți sunt extrași în copilărie, eu, copil fiind, mă voi simți obligat să fac parte din masă, în loc să fiu un individ distinct. Ca și cum colectivitatea ar fi mai importantă decât individul. Mă supun unei autorități dstincte față de autoritatea mea.

Premolarul superior drept (#14) indică felul în care mă exprim în societate, cu calitățile și bogăția mea interioară. Dacă îmi este greu să îmi exprim dorințele și să mă poziționez, acest dinte este deplasat. **Primul premolar superior stâng** (#24) este legat de sensibilitatea mea, de latura mea afectivă interioară. Dorințele mele neîmplinite și visele din copilărie nerealizate, având legătură cu acest aspect, vor duce la afectarea dintelui #24. **Primul premolar inferior stâng** (#34) indică felul în care îmi exprim voința pe plan concret, în viața cotidiană, mai ales pe plan afectiv (și în special în ceea ce privește iubirea maternal), în timp ce echivalentul său drept, (#44) este legat de prietenie și felul în care îmi duc la termen proiectele. Dacă am o dificultate față de un proiect la care țin, acest dinte va fi afectat.

Cea de a doua pereche de premolari (#15, 25, 35, 45), este legată de dorințele pe care vreau să le realizez și de trădări (în relație cu tata, mama, în cuplu, în relații de prietenie). Este vorba despre toată creativitatea mea. Dacă nu îmi pot exprima această creativitate, acești dinți vor fi afectați.

Al doilea premolar drept (#15) are legătură cu lucrurile pe care vreau să le dezvolt în exterior. Faptul de a nu putea avea copii, indiferent de cauză, este un exemplu de ceva ce aș vrea să creez, dar nu se poate realiza. **Cel de-al doilea premolar stâng** (#25) conține abilitățile mele particulare, pe care le manifest sau nu, care mă fac să fiu eu cu adevărat. Cuprinde toate posibilitățile mele trecute și viitoare.

Al doilea premolar inferior stâng, (#35) este legat concret de relația mea cu mama: în ce fel sunt afectat de energiile ei, mă simt liber sau sufocat de ea ? Cu cât mă simt mai acaparat, mai sufocat de mama, cu atât mai înclinat în interior va fi acest dinte.

Al doilea premolar inferior drept (#45), face referire la muncă și la trădarea din relația cu un prieten sau o prietenă. De asemenea, poate fi vorba despre o dificultate de a organiza un proiect concret.

Primii molari apar (#16, 26, 36, 46) la vârsta de șase sau șapte ani și arată felul în care mă poziționez sau nu și nevoia mea de a fi recunoscut de ceilalți. **Primul molar superior din dreapta** (#16) are legătură mai ales cu locul pe care vreau să îl ocup în societate, în exterior, în timp ce, **primul molar superior stâng** (#26), exprimă dacă sunt sau nu recunoscut pe plan afectiv, mai ales de către părinții mei. Pot avea impresia că nu exist sau că nu sunt iubit așa cum aș vrea eu și atunci molarul #36 va fi afectat.

Primul molar inferior drept se raportează la muncă, într-un mod foarte concret. Dificultatea de a concretiza un proiect sau de a ajunge într-un anumit loc de muncă, va avea efecte asupra molarului **#46.** Acesta este legat de noțiunea de dorință, de moarte și de renaștere. Dacă am fost pe punctul de a muri, când eram foarte mic, sau dacă moartea a fost prezentă într-un mod intens, fie că a murit cineva sau nu, molarul #46 va fi afectat.

A doua pereche de molari (#17, 27, 37, 47) apar pe la vârsta de doisprezece ani. Fac referire la interacțiunea mea cu ceilalți și la felul în care sunt perceput. **Al doilea molar drept** (#17) se raportează la viața de zi cu zi și la muncă. Dacă relațiile mele cu ceilalți nu sunt armonioase, molarul #17 va reacționa. **Al doilea molar superior stâng** (#27) arată raporturile mele interioare cu ceilalți, dar la nivelul emoțiilor. Așteptările neîmplinite pe care le am de la ceilalți vor afecta molarul #27. **Al doilea molar inferior stâng** (#37) va reacționa la rândul său, dacă, în plus, există și o decepție față de o atitudine precisă, persoana respectivă face ceva, pe plan fizic, care va amplifica această decepție.

Al doilea molar inferior drept (#47) se referă la raporturile pe care le am cu ceilalți. Situațiile de conflict intens sau cuvinte și gesturi exprimate în aceste situații, vor face acest molar mai vulnerabil.

Măselele de minte (#18, 28, 38, 48) apar în jurul vârstei de 21 de ani, vârstă la care îmi integrez partea spirituală. Reprezintă lumea în care evoluez, dar și lumea spirituală, misiunea mea, valoarea mea personală și relația de ajutorare. Latura spirituală este accesibilă pe calea mistică, adică mai orientată spre religie și misterele sale sau spre cunoașterea ezoterică. Aleg mai mult calea cunoșterii decât calea mistică, în cazul în care măselele de minte lipsesc. Dacă am **măsele de minte doar pe maxilarul superior,** îmi este greu să integrez în cotidian cunoașterea mea pe plan spiritual, invizibil. Dacă aceste măsele apar doar pe maxilarul inferior, înseamnă că investesc multă energie în activitățile mele cotidiene pentru a reintegra lumea fizică. **Măseaua de minte superioară dreaptă** (#18) face referire la forța pe care o am pentru a mă încarna, pentru a mă integra în lume pe toate planurile. **Măseaua de minte superioară stângă** (**#28**) corespunde fricii mele de a nu mă integra în lume. Respectul meu scăzut față de mine este însoțit de frica de a fi respins. **Măseaua de minte inferioară stângă** (#38) face referire la capacitatea mea de a-mi exterioriza punctele de vedere și emoțiile față de cei din jurul meu, iar **măseaua de minte inferioară dreptă** (#48) influențată de capacitatea mea de a mă integra în lumea fizică, de a fi bine ancorat.

360. DINȚI - MĂSEA DE MINTE INCLUSĂ *Vezi și: DINȚI— SIMBOLISMUL ...*

Mintea, înțelepciunea este o mare calitate. Am fericirea de a o manifesta în această viață. Mă ajută să mă deschis în fața universului și îmi conferă **bazele solide** pentru tot ceea ce fac. **Măselele de minte** simbolizează această autonomie pe care o câştig, de-a lungul anilor. Astfel, o măsea de minte care refuză să iasă, să îşi ocupe locul cuvenit, înseamnă, pe plan mental, că refuz să îmi preiau tot spaţiul care mi se cuvine şi să am încredere în mine. Păstrez în interior tot ceea ce nu-mi place la mine, pentru a fi pe plac celorlalţi.

Accept↓♥ să îmi ocup conştient locul care mi se cuvine pentru a-mi dezvolta toate calităţile divine esenţiale în evoluţia mea. Astfel pot crea un fundament mai solid pentru viaţa mea. Accept↓♥ să las natura să îşi urmeze cursul şi să îmi deschid **conştiinţa** pentru a evolua şi a vedea schimbările din mine !

361. DISC DEPLASAT *Vezi: HERNIE DISCALĂ*

362. DISC INTERVERTEBRAL *Vezi: SPATE [DURERE DE...] / LOMBAGO, HERNIE DE DISC*

Un disc intervertebral este cartilagiul elastic care reuneşte vertebrele şi care joacă un rol de amortizare. În urma unui traumatism, deplasarea discului intervertebral provoacă o durere foarte ascuţită acolo unde are loc. Aceasta provoacă în general comprimarea rădăcinilor nervului sciatic şi o nevralgie foarte dureroasă la acest nerv.

În acest caz, trăiesc o situaţie care mă destabilizează, care "mă aruncă la pământ". Mă simt prins între două situaţii, în care au trebuie să joc rolul de mediator, de "tampon". Trebuie să amortizez loviturile şi este ceva greu de suportat pentru mine. Mai ales la locul de muncă, este posibil să nu mă simt competent în sarcinile care mi se dau de îndeplinit. Faptul de a mă critica şi de a fi atât de sever cu mine însumi poate antrena o **degenerescenţă a discurilor (discartroză).** Mă simt strivit, ca şi discurile mele, dar nu fac nimic pentru a schimba situaţia. Dacă există şi o inflamaţie (**discită**) reacţionez exagerat din cauză că sunt contrariat într-o anumită situaţie, asemenea unei explozii care detonează. Sunt direct, uneori cinic sau critic în observaţiile mele, lucru care lasă să se vadă furia pe care o trăiesc.

Accept↓♥ să fiu responsabil de mine însumi şi de reacţiile mele. Mă analizez, învăţ să îmi amortizeze reacţiile în faţa vieţii, în faţa celorlalţi şi în faţa situaţiilor şi admit când greşesc. Îmi rezolv disputele cu mine însumi şi ocup locul care mi se cuvine, respectând opiniile celorlalţi. Astfel îmi recunosc valoarea şi sunt mai obiectiv cu privire la ajutorul pe care îl ofer celorlalţi.

363. DISCARTROZĂ *Vezi: DISC INTERVERTEBRAL*

364. DISLEXIE

Dislexia este o dificultate de învăţare a cititului şi a scrisului, fără să aibă vreo legătură cu deficienţa intelectuală şi senzorială sau cu tulburări psihiatrice. După ce am citit cu uşurinţă primele cuvinte, devin incapabil să înţeleg ce urmează, mă opresc din citit şi nu pot relua decât după câteva secunde de pauză. Vreau ca lucrurile să avanseze prea repede în viaţa mea. Gândirea mea merge mai repede decât vorbirea. Fie că trăiesc într-un mediu familial perturbat, fie că am fost prea protejat, în ambele cazuri, vreau să fiu pe placul unuia dintre părinţii mei (sau a unui apropiat) şi îmi este teamă că nu voi fi la înălţime, că nu voi corespunde exigenţelor lor. Mă simt vulnerabil deoarece nu mă respect şi tremur în faţa dificultăţilor. **Dislexia** este rezultatul unei situaţii bulversante pe care o trăiesc, mai ales dacă sunt **copil.** Dificultăţile legate de **scris** îmi amintesc de ţipetele pe care le aud la şcoală sau acasă şi pe care nu le mai suport. Nu ştiu cum să ies din această situaţie, aş vrea să înceteze cu orice preţ ! Dacă este vorba mai degrabă de o dificultate la **citit** verific în ce situaţie am fost obligat să citesc, de exemplu în faţa unei săli cu oameni mulţi, în faţa cărora am fost ridiculizat. De fiecare dată când citesc, se reactivează stresul pe care l-am trăit atunci. Am, de asemenea, impresia că, structurile în care trăiesc (regulile de la şcoală sau de acasă) sunt prea stricte. Mă simt ca un soldăţel care trebuie să asculte ordinele, altfel aş fi pedepsit. Părinţii mei mă protejează atât de mult încât văd acest lucru ca pe o pedeapsă. Dacă sunt **părintele unui copil** cu o astfel de afecţiune, învăţ cum să îmi comunic cererile într-un mod calm şi cu înţelegere, în loc să ţip că sunt dezamăgit, dacă este cazul şi să folosesc o formă de violenţă nocivă.

Accept↓♥ să îmi acord timpul necesar pentru a face lucrurile pe rând, fără să tremur, fără să zdruncin totul. Îmi acord timp să respir, să mă calmez. Ştiu că sunt o fiinţă inteligentă şi îmi dezvolt voinţa făcând lucrurile pe etape. Accept↓♥ să recunosc **iubirea** din mine. Îmi ofer posibilitatea de a mă iubi şi de a accepta ↓♥ că această stare este trecătoare, ştiu că îmi voi împlini ţelurile. Dacă sunt copil, accept↓♥ faptul că am puterea de a decide ce este bun pentru mine. Învăţ să am încredere şi să îmi redobândesc capacitatea de a învăţa, deoarece ştiu, în sinea mea, că pot reuşi acest lucru, prin curaj, voinţă şi tenacitate. De aici înainte folosesc lectura ca pe un instrument care îmi deschide uşile spre lumea întreagă. Îmi asum riscul de a le spune celor în cauză lucrurile care nu îmi convin, deoarece vreau să trăiesc în pace şi armonie. Astfel am mai multă libertate şi **conştientizez** faptul că regulile există pentru a mă recadra, pentru a mă sprijini şi a mă îndruma.

365. DISLOCARE *Vezi: OASE — DISLOCARE*

366. DISMENOREE *Vezi: MENSTRUAŢIE [DURERI DE...]*

367. DISTROFIE MUSCULARĂ *Vezi: MUŞCHI — DISTROFIE MUSCULARĂ*

368. DIVERTICULITĂ *Vezi: INTESTINE — DIVERTICULITĂ*

369. DIZENTERIE *Vezi: INTESTINE / DIAREE / DIZENTERIE*

370. DREPTATE (eu am...)

Dacă manifest to timpul o atitudine care transmite mesajul **"eu am dreptate"**, este cazul să mă întreb: "de ce sunt închis faţă de opiniile celorlalţi ? De ce anume vreau să mă protejez ? Trebuie să **conştientizez** faptul că, cei din jurul meu pot rămâne calmi faţă de mine, pot să păstreze distanţa, să fie atenţi să nu mă izbească şi chiar să creadă că SUNT BOLNAV. Se spune că vârsta la care vrem să avem tot timpul dreptate este în jurul vârstei de 7 ani. Este posibil ca, o parte din mine să fi rămas copil ?

Acceptând↓♥ să îi ascult pe ceilalţi, oferindu-mi şansa de a-mi schimba părerile şi de a-i lăsa şi pe ceilalţi să îşi exprime propriile păreri, îmi amplific nivelul de **iubire**, de deschidere, de libertate prin respectul reciproc şi comunicare.

371. DROGURI *Vezi şi: DEPENDENŢĂ*

Un adevărat flagel al umanităţii, **drogurile** constituie una dintre cele mai dăunătoare forme de **evadare** a fiinţei umane, pentru a supravieţui. Extrase din plante sau substanţe fabricate sintetic, **drogurile** aşa numite "slabe" (marihuana, haşiş etc) sau "puternice" (PCP, cocaina, heroina etc) sunt adeseori folosite din următoarele motive: disperare, ruşine, panică extremă, frica de necunoscut şi de responsabilităţi. **Drogul** devine un refugiu, **mă protejez faţă de mine însumi**. Deoarece refuz să trăiesc şi să fiu responsabil, slăbiciunile mele interioare riscă să mă îndrume spre droguri. Îmi este teamă să fac faţă realităţii şi să fac eforturi. Voinţa mea este adormită şi am tot mai puţin tendinţa de a lua decizii. Mă las purtat de val... Multe droguri duc la forme de dependenţă puternice, care nu fac decât să reflecte "propriile mele dependenţe" interioare (delicvenţă, părinţi) absenţă, introvertire, nevroză, compulsie emoţională sau sexuală, pe care încerc să le refulez ameţindu-mi mentalul. Impresia de a fi separat, chiar "smuls" de o fiinţă dragă (părinte, frate, soră, animal etc.) sau dintr-un loc sau o situaţie care mă făceau fericit, mă poate determina să trăiesc un gol interior pe care vreau să îl umplu prin **droguri**. Pot suferi în relaţie cu un părinte, cel mai adesea, mama, care este lipsită de emoţii, rece. Acele **droguri**, care sunt stimulente mă ajută să "plutesc", să ating anumite vârfuri şi să trăiesc experienţe care îmi dau iluzia de fericire şi prin care evadez. Nu mă pot lipsi de ele şi dependenţa mea se agravează în timp. Primul pas pe care trebuie să îl fac este să **conştientizez**, sincer, fără mască: de ce am recurs la aceste droguri ? Conştientizez faptul că întotdeauna există un motiv.

Indiferent care ar fi acest motiv, accept ↓♥ să descopăr adevărata cauză. Mă accept↓♥ aşa cum sunt şi învăţ să îmi exprim nevoile. Renunţarea la consumul de droguri cere mult curaj: căutarea liniştii interioare este motivaţia mea. Faptul de a reuşi să fiu fericit în orice situaţie mă ajută să îmi găsesc pacea interioară şi să mă simt în largul meu în acest univers imens.

Semnificaţia câtorva dintre **droguri:**

Haşiş - Marihuana: caut o lume fără probleme, evadez.

Amfetamina - Cocaina: stimulează productivitatea şi, prin urmare, caut succesul, **iubirea,** recunoaşterea

LSD - Mescalina, ciupercile halucinogene, heroina: caut senzaţii puternice şi extinderea stării de conştienţă. În cazul **heroinei**, mă întreb până în ce punct am idealizat-o pe mama mea sau o femeie importantă din viaţa mea, pe care o consider o **eroină**, mai cred în continuare acest lucru sau acea persoană m-a dezamăgit, m-a trădat ?

Opiumul: aduce o stare de plăcere, de toropeală, de lene şi o falsă impresie de pace interioară.

372. DUODEN *Vezi şi: INTESTINE [DURERE DE...]*

Duodenul este partea iniţială şi cea mai scurtă a intestinului subţire, după pilor, se continuă cu jejunul şi ileonul, ultima parte. Cea mai mare parte a digestiei şi a absorbţiei alimentelor are loc în intestinul subţire. **Duodenul** reprezintă sinteza dintre recepţie şi integrare. Există o legătură de echilibru între a da şi a primi. Când apare o **disfuncţie** a **duodenului**, mă simt confruntat cu idei noi. Inconştient, mă îndoiesc de mine însumi. Îmi lipseşte încrederea în capacitatea mea de a gestiona orice fel de adaptare. Poate fi vorba despre relaţii afective sau legate de familie în cadrul căreia mă simt contrariat sau trăiesc o nedreptate. Există ceva sau cineva care mă contrazice şi nu suporta acest lucru. Există o dispută care are nevoie să fie rezolvată şi am nevoie de ajutor. Mă simt sfâşiat: am impresia că trebuie să mă sacrific pentru puţinii prieteni pe care îi am şi care nu sunt de obicei prea amabili. **Un ulcer duodenal** este provocat de o mare nesiguranţă şi o neîncredere faţă de ceilalţi. **Conştientizez** faptul că cuvântul **duoden** este format din "duo". Există aşadar o legătură cu relaţiile interpersonale. Mă simt ros în interior, am o arsură interioară. Nu diger această situaţie, mă irită şi mă încăpăţânez să controlez totul în relaţiile mele. Mă întreb dacă sunt dominat de cineva sau de ceva ? Îmi este teamă că nu am calităţile necesare pentru a fi iubit aşa cum sunt?

Conştientizez aceste frici şi renunţ la ideile vechi. Accept↓♥ să-mi **conştientizez** capacitatea de a lăsa energiile să curgă, fără să opun rezistenţă vieţii, **să conştientizez** că am forţa de a avea încredere şi capacitatea de a mă adapta. Regăsindu-mi pacea interioară, acest foc care mă ardea în interior se va stinge şi **duodenul** meu va fi mai sănătos.

373. DUPUYTREN *Vezi: MÂINI— BOALA DUPUYTREN*

374. DURERE

Durerea este unul din mijloacele pe care corpul le foloseşte pentru a-mi atrage atenţia şi a-mi spune că trebuie să mă opresc şi să **conştientizez** faptul că trebuie să fac schimbări în viaţa mea şi în modul meu de a mă percepe şi a mă judeca.

Indiferent despre ce durere este vorba, aceasta are legătură cu un dezechilibru de ordin emoţional sau mental, cu un **sentiment profund de culpabilitate sau suferinţă.** Este o formă de angoasă interioară şi, deoarece mă simt vinovat pentru că am făcut ceva, am spus ceva sau am avut anumite gânduri "nesănătoase" sau "negative" mă **pedepsesc** inconştient, prin apariţia unei dureri intense. Întrebarea pe care trebuie să mi-o pun este: "Sunt cu adevărat vinovat ?" Şi pentru ce mă simt vinovat? **Durerea** pe care o simt acum nu face decât să mascheze adevărata cauză: culpabilitatea. Gândurile mele sunt prea puternice şi trebuie să fiu deschis pentru a identifica corect aceste culpabilităţi. Nu trebuie să le evit, ci să le înfrunt, deoarece sunt frici pe care voi avea nevoie să le integrez mai devreme sau mai târziu. **Durerea** indică, de asemenea, ceva neterminat, fals. O amăgire: cred că am înţeles ceva, dar mai am de depăşit o etapă pentru a găsi adevărul, pentru a ajunge prin urmare la starea de adevăr, o stare de bine şi fără durere. Pot să mă complac în acest disconfort în loc să fac faţă emoţiilor. În loc să vreau să îngrop durerea cu medicamente de toate soiurile, pot să plonjez în durerea mea şi să descopăr ceea ce vrea să îmi transmită. Astfel, fac faţă fricii cuprinse în această **durere**. Dacă **conştientizez** acest lucru, voi putea apoi să mă eliberez de aceste frici. Am nevoie să am încredere şi să renunţ în faţa unei persoane sau a unei situaţii pentru a lăsa să dispară tensiunea interioară. **Durerea** fizică urmează de multe ori, după o separare, care îmi accentuează sensibilitatea. Trăiesc această situaţie foarte brutal. Dacă lovesc pe cineva, acest contact dureros, chiar dacă este mai mult emoţional, decât fizic, va lăsa o amprentă şi **durerea** poate apărea atât la persoana care a lovit cât şi la cea care a primit lovitura. **Durerea de oase** indică faptul că situaţia m-a afectat în adâncul fiinţei mele, în timp ce o **durere musculară**, este mai degrabă o durere de ordin mental. **Durerea** mă conectează imediat cu suferinţa mea morală şi **mă obligă** să mă opresc şi să simt ceea ce se întâmplă în corpul meu. Într-un anumit sens, este pozitivă, deoarece mă ajută să mă "conectez" la interiorul meu, la sufletul meu şi să devin conştient. Când durerea este **cronică** acest lucru înseamnă pur şi simplu că, de la apariţia acelei **dureri**, nu am înfruntat adevărata ei cauză. Cu cât amân mai mult **conştientizarea**, cu atât mai des va apărea **durerea**, până când va deveni cronică.

Este important să accept↓♥ să verific care este originea **durerii** mele şi să rămân deschis pentru a rezolva adevărata cauză. Locul în care este localizată **durerea** îmi arată cauzele reale ale acesteia.

375. DURERE CARDIACĂ ***Vezi: INIMĂ♥ — PROBLEME CARDIACE***

E

376. ECHILIBRU (pierderea...) SAU AMEŢEALĂ ***Vezi: CREIER— ECHILIBRU [PIERDEREA ECHILIBRULUI]***

377. ECHIMOZĂ ***Vezi: PIELE — VÂNĂTĂI***

378. ECLAMPSIE ***Vezi: SARCINĂ — ECLAMPSIE***

379. ECTROPION ***Vezi: PLEOAPE [ÎN GENERAL...]***

380. ECZEMĂ ***Vezi: PIELE — ECZEMĂ***

381. EDEM

Edemul este o umflătură cauzată de o reţinere de apă. Umflăturile apar foarte des la glezne şi la picioare. Poate apărea şi la alte articulaţii sau ţesuturi conjunctive.

Lichidele din corpul meu reprezintă emoţiile mele. Este posibil să reţin sau să refulez sentimentele pe care le am. Sau îmi pot nega impulsurile sau **simţi limitele şi barierele faţă de lucrurile pe care mi le doresc**, ceea ce mă face să simt descurajare şi dezamăgire. Este posibil, de asemenea, să vreau să reţin ceva sau pe cineva din trecutul meu sau din prezent, de care să mă agăţ ca de un colac de salvare. Sau poate fi vorba despre amintiri dureroase. Sunt în conflict cu timpul care trece, trece prea repede. Mă înec în suferinţa mea, în decepţia mea, în amărăciunea mea faţă de evenimente. Mă simt blocat. Chiar şi mecanismul meu de gândire este "înţepenit". Ţin atât de mult cont de sentimentele celorlalţi încât fac abstracţie de sentimentele mele. Caut armonia şi încerc din toate puterile să îi apropii pe cei care au opinii diferite. Îmi este frică să exprim ceea ce simt. Mă simt **neputincios** şi trăiesc **melancolie, tristeţe** şi **o mare slăbiciune.** Cred că sunt sortit eşecului, ceea ce mă împiedică să merg înainte. Mi-am dezvoltat un complex de inferioritate şi îmi este foarte frică. Pot avea sentimentul că viaţa este foarte nedreaptă şi simt un gol interior imens. Nu pot acţiona pentru mine însumi: mă pot cu autoritate faţă de ceilalţi şi am tendinţa de a lua decizii în locul lor. Deoarece ascund tuturor ceea ce mi se întâmplă, **conştientizez** necesitatea de a-mi exprima urgent nevoile. **Edemul** indică faptul că am nevoie de protecţie, de teamă că voi fi rănit în emoţiile mele. Această frică mă face să fug, să îmi construiesc diverse personalităţi pentru a evita să fiu în contact cu ffiinţa mea profundă. Seducţia este un instrument pe care îl folosesc pentru a primi atenţia şi **iubirea** celorlalţi. Semnificaţia părţii corpului care este atinsă de **edem**, mă va ajuta să aflu mai multe informaţii. Când apare la nivelul picioarelor şi al gleznelor, este posibil să am o dorinţă puternică de a merge într-o direcţie diferită, dar mă simt prins, pe plan emoţional, în direcţia în care merg acum, mă simt incapabil să mă afirm şi să mă eliberez. Există situaţii în viaţa mea, care sunt neclare, mai ales faţă de anumite persoane şi îmi dau o stare de confuzie. Când **edemul** apare ca urmare a unei lovituri, a unei răni sau când o parte a corpului meu încearcă să se refacă, se numeşte **edem de vindecare.** În unele cazuri, corpul adună acel lichid pentru a diminua frecarea şi a ajuta partea afectată a corpului să se vindece. **Edemul** implică nevoia de a recunoaşte şi de a descoperi exprimarea emoţiilor **închise în mine.**

Învăţ, de asemenea, să mă relaxez pentru a putea avansa şi a realiza schimbările pozitive din viaţa mea. **Accept↓♥** să fiu iubit pentru ceea ce sunt, oricare ar fi emoţiile pe care le am. **Accept↓♥** să învăţ să îmi comunic nevoile şi îmi dau seama că este posibil să fac acest lucru fără ca ceilalţi să se simtă atacaţi. Fiind eu însumi, îmi voi regăsi bucuria de a trăi şi, în acelaşi timp, îmi voi recâştiga energia. Înţelegerea mea faţă de ceilalţi se va dezvolta, deoarece mă exprim şi mă înţeleg mai bine eu însumi.

382. EGOCENTRISM

Când sunt **egocentric**, am tendinţa de a raporta la mine tot ceea ce se întâmplă în jurul meu. Mă consider centrul lumii. Spre deosebire de o persoană egoistă, pot să mă gândesc la ceilalţi şi să îi ajut, atâta timp cât acest lucru este conform intereselor mele. Dacă trăiesc astfel, este pentru că am nevoie să îmi echilibrez nesiguranţa interioară pentru a nu trăi o formă de supunere.

Accept ↓♥ să **conştientizez** faptul că dincolo de mine, există şi ceilalţi. Păstrând locul care mi se cuvine în viaţa mea, pot să iau în considerare şi punctul de vedere al celorlalţi. Sunt mai deschis spre sensibilitate. Încetez să mă ocup doar de mine şi sunt mai deschis spre comunicare, spre prietenie, spre **iubire**: ofer şi primesc.

383. EJACULARE PRECOCE

Ejacularea precoce sau prematură poate avea legătură cu primele experienţe sexuale. Atunci când mă masturbez, mă simt **vinovat** deoarece cred că este un lucru rău sau interzis. Şi mă grăbesc să ejaculez. Faptul de a-mi trăi sexualitatea şi de a crede că nu am dreptul să fac acest lucru mă obligă să mă grăbesc şi să consider că ceea ce fac este greşit şi că încalc anumite reguli. Plăcerea de a face ceva interzis a fost întotdeauna atrăgătoare şi, chiar dacă în mod inconştient, încerc să o retrăiesc. Pot să îmi impun anumite **presiuni** şi o **nervozitate** în **dorinţa mea de performanţă.** Vreau să îmi demonstrez mie şi partenerei mele de ce "sunt capabil", însă am rezultate contrarii şi uneori neaşteptate. Sau pot avea o dorinţă sau un sentiment de posesiune atât de puternic faţă de partenera mea încât nu reuşesc să îl stăpânesc. Contactul cu partenera/partenerul îmi poate reactiva frica de a-i pierde dragostea şi de a fi abandonat sau respins şi acest lucru mă face să-mi "pierd mijloacele". Dacă nu cumva, în mod inconştient, vreau să mă răzbun, să reglez conturile ?

Accept↓♥ să mă destind şi să învăţ din nou plăcerea sexuală legată de masturbare, într-un mediu liber, fără constrângeri sau culpabilitate. Singur sau cu partenerul/partenera, redescopăr plăcerea masturbării şi întârzii cât mai mult momentul **ejaculării.** Devine un joc care îmi face plăcere. Pot, de asemenea, să urmez o formă de psihoterapie, care să mă ajute să atenuez această culpabilitate pe care am trăit-o în copilărie sau să-mi diminuez anxietatea mea de a deveni mai bun şi să-mi dezvolt astfel încrederea în mine.

384. EMBOLIE ***Vezi: SÂNGE — CIRCULAŢIA SANGUINĂ/ COAGULARE***

385. EMBOLIE ARTERIALĂ ***Vezi: SÂNGE — ARTERE***

386. EMBOLIE CEREBRALĂ ***Vezi: CREIER, DURERE DE...***

387. EMBOLIE PULMONARĂ ***Vezi: PLĂMÂNI [DURERE DE...]***

388. EMISFERA DREAPTĂ SI STÂNGĂ ***Vezi: CREIER [ÎN GENERAL]***

389. EMOTIVITATE

Emotivitatea sau mai degrabă, **hiperemotivitatea**, este o stare în care toate emoţiile sunt pe cale de a exploda. Orice lucru mărunt mă poate tulbura. Când mă aflu într-o astfel de stare, mă simt paralizat, vederea mi se tulbură şi pot chiar să îmi pierd echilibrul. Trăiesc o stare de **nesiguranţă**, sunt hiperactiv mental şi am tendinţa de a dramatiza totul. Am, de asemenea, tendinţa de a fi mai puţin activ, de a nu-mi împlini sarcinile, de a realiza puţine proiecte, deoarece sunt paralizat de frică. Devin fragil pe plan emoţional şi fizic. Am reflexul de a mă izola de lume, pentru a mă proteja. Simptomele fizice legat de **hiperemotivitate** sunt: accelerarea ritmului cardiac, senzaţia de sufocare, digestie dificilă (ajungând chiar până la ulcer stomacal), constipaţie, diaree şi tensiune musculară. Deoarece îmi este frică de necunoscut, îmi dezvolt obiceiuri pentru a diminua angoasa. De unde vine această agitaţie ? Poate fi rezultatul unui traumatism afectiv, a unor conflicte repetate, a unui climat obişnuit din viaţa mea, bazat pe nesiguranţă (afectivă sau materială) etc.

Accept ↓♥ să reintru în contact cu esenţa fiinţei mele, să îmi consider **emotivitatea** un mod de comunicare cu ceilalţi. Meditaţia, relaxarea sau orice altă tehnică care mă ajută să mă calmez, care mă aduce aici şi acum, mă poate ajuta să reintru în contact cu fiinţa mea interioară şi să îmi re-echilibrez emoţiile. Astfel, îmi voi redescoperi adevăratele nevoi şi voi învăţa să am încredere, deoarece ştiu că totul vine spre mine într-un mod perfect, pentru evoluţia mea.

390. EMPIEM ***Vezi: ABCES***

391. ENCEFALITĂ ***Vezi: CREIER — ENCEFALITĂ***

392. ENCEFALOMIELITĂ FIBROMIALGICĂ Vezi: OBOSEALĂ CRONICĂ [SINDROM DE...]

393. ENDOMETRIOZĂ

Endometrioza este formarea unor fragmente de mucoasă în exteriorul peretelui uterin. Este legată de refuzul inconştient al maternităţii. Adeseori se întâmplă ca, relaţia pe care o am cu mama sau cu moştenirea lăsată de ea (atât pe plan fizic cât şi pe plan emoţional) să fie în conflict cu ceea ce sunt eu şi locul pe care vreau să îl ocup în lume. Nu ştiu cum să mă poziţionez faţă de această **doamnă** care a fost atât de influentă în viaţa mea. Dacă îi spun ceea ce simt, îmi este frică că vom avea un conflict. Este posibil ca părinţii mei să se fi iubit, dar eu am negat acest lucru ? Dacă provin dintr-o familie "destrămată" este posibil să îmi fie teamă că familia pe care vreau să o ofer copilului meu nu va fi perfectă, nu va fi suficient de bună. Este ca şi cum cuibul acelui copil ar fi în altă parte şi nu îl pot primi cum se cuvine la mine. Am îndoieli cu privire la relaţia mea de cuplu ? Îmi este teamă că eu sau soţul meu avem o altă relaţie ? Aspiraţiile şi viaţa mea de cuplu mă pot determina să îmi fie teamă că, un copil va schimba totul în viaţa noastră ? Mă îndoiesc de capacitatea mea de a fi o mamă bună. Poate îmi este teamă sau am impresia că locuinţa, căminul acelui copil care va veni, va fi în afara casei mele. De exemplu, dacă ştiu că, copilul meu va trebui să meargă mult timp într-o creşă, pot să mă tem că va asocia adevărata sa casă cu acel loc, cu acea persoană cu care îşi va petrece majoritatea timpului. Este posibil, de asemenea, să nu accept↓♥ lumea în care trăiesc sau să nu îndrăznesc să fac parte din ea. Dacă nu accept↓♥ această lume, cum aş putea duce aici o altă fiinţă umană? Totuşi, chiar înainte de a mă naşte, am ales să vin pe lumea aceasta. Mă întreb ce mă determină să îmi fie greu să mă accept↓♥ aşa cum sunt şi să îmi canalizez creativitatea. Mă las condusă de ceilalţi, înghit totul fără să spun nimic. Am impresia că nu am forţă pentru a sta în picioare, pentru a mă afirma şi că trăiesc mereu eşecuri. Devin agresivă, deoarece ştiu că mă împiedic să realizez anumite lucruri şi îmi este greu să mă **focalizez** pe anumite obiective.

Accept↓♥ să **conştientizez** relaţia care există între fricile mele, îndoielile mele, incertitudinea mea şi situaţia pe care o trăiesc şi accept↓♥ să exprim liber ceea ce simt. Mă afirm în calitate de individ. Recunosc ceea ce sunt şi nu mai las pe nimeni să abuzeze de mine. Toţi mă vor respecta şi astfel, mă voi împlini şi îmi voi exprima liber creativitatea.

394. ENTERITĂ *Vezi: INTESTINE— GASTRO-ENTERITĂ*

395. ENTORSĂ *Vezi: ARTICULAŢII — ENTORSĂ*

396. ENUREZIE *Vezi: INCONTINENŢĂ*

397. EPICONDILITĂ *Vezi: COATE — EPICONDILITĂ*

398. EPIDEMIE

O **epidemie** înseamnă răspândirea unei boli contagioase. Este tratată de obicei ca o boală de origine infecţioasă. Poate fi uşor să cred că, dacă contactez o astfel de boală în acelaşi timp cu multe alte persoane, acest lucru nu se întâmplă din cauza emoţiilor mele, ci mai degrabă pentru că "**epidemia** nu cruţă pe nimeni". De fapt, diferenţa între faptul că mă îmbolnăvesc singur sau împreună cu ceilalţi,

înseamnă pur şi simplu că suntem mai mulţi oameni care trăim situaţii asemănătoare[35]. În acelaşi fel, pot trăi o nesiguranţă individuală sau colectivă, cu privire la situaţia politică, economică, la mediu, la fel cum pot simţi o furie personală şi faţă de alte persoane. Natura bolii poate să indice ce anume trebuie să **conştientizez** în viaţa mea.

Accept ↓♥ să redau **iubirea** acelei părţi din mine care are nevoie de ea, pentru a-şi regăsi pacea interioară şi armonia.

399. EPIFIZĂ *Vezi: GLANDA PINEALĂ*

400. EPIGLOTĂ *Vezi şi: GÂT — LARINGE, ESOFAG*

Epiglota este un cartilagiu plat, în formă de "frunză", care îmbracă glota, situat în spatele rădăcinii limbii. Protejează laringele şi este liber să se mişte de sus în jos. Acţionează ca o trapă care se închide după înghiţire, lăsând hrana să intre în esofag. Când membrana se umflă (**inflamaţia epiglotei**) şi se măreşte, secretă un mucus şi poate duce la sufocare. Este important să se degajeze căile respiratorii cât mai repede. Există ceva ce vreau să reţin, o situaţie pe care îmi este greu să "o înghit". Când se produce o **epiglotită**, focul produs de furia acumulată creşte în mine. Înghit totul fără să mă apăr. Există un raport de forţe între două persoane, de obicei părinţii mei şi acest lucru mă afectează. Îmi ascund emoţiile, car cu mine experienţele din trecut.

Accept ↓♥ să mă studiez şi să înţeleg ceea ce vreau să exprim şi de ce îmi "închid trapa" în mod voluntar. Trebuie să îmi reconsider întregul mod de funcţionare, să învăţ să-mi clarific gândurile, să îmi schimb modul de a comunica. Alegând noi direcţii în viaţă, voi lăsa la o parte gândurile negative şi voi putea în sfârşit să îmi concentrez atenţia pe lucruri mai pozitive.

401. EPILEPSIE *Vezi: CREIER— EPILEPSIE*

402. EPISTAXIS *Vezi: NAS [SÂNGERARE NAZALĂ...]*

403. EPUIZARE *Vezi: BURNOUT*

404. ERECŢIE — DISFUNCŢII ERECTILE *Vezi: IMPOTENŢĂ*

405. ERITEM SOLAR *Vezi: INSOLAŢIE*

406. ERUCTAŢIE *Vezi şi: STOMAC [ÎN GENERAL...]*

Eructaţia este emisia zgomotoasă, pe gură a gazelor provenite din stomac. Deşi în lumea noastră este considerat un gest foarte nepoliticos, orientalii îl consideră un semn de apreciere şi de mulţumire pentru o masă bună. **Eructaţia** are legătură cu voinţa mea de a merge prea repede. Nu îmi acord timp pentru a interioriza şi a asimila fiecare etapă a procesului, fie că este la nivel personal, fie la nivel profesional. În acest fel, evit să îmi înfrunt fricile. Tensiunea urcă din cauza faptului că am de digerat idei noi şi simt nevoia de a mă elibera de această tensiune. Mă simt invadat de ceva sau de cineva şi este ceva prea mare pentru a-l înghiţi dintr-o singură dată. Există o relaţie care mă apasă greu şi am sentimentul că îmi lipseşte aerul, libertatea. Resping inconştient pe cineva mai ales dacă, există şi un miros urât. Mă simt instabil şi îmi este teamă că îmi voi pierde controlul. **Eructaţia** îmi poate aminti toate aceste impresii, atât pozitive cât şi negative, care mă depăşesc. Nu ştiu cum să le integrez în viaţa mea. Dacă merge prea repede, dacă sunt neliniştit, eructaţia este şi mai puternică.

---

[35] Este vorba despre o formă-gând de grup, denumită EGREGORA, care poate fi negativă sau pozitivă

Accept↓♥ să încetinesc şi să îmi acord timpul necesar pentru odihnă. **Conştientizez** faptul că, mergând prea repede, trec pe lângă atâtea lucruri frumoase, care îmi fac viaţa plăcută. Accept↓♥ să îmi acord timp pentru a trăi, mă simt mai puţin sufocat de ritmul trepidant al vieţii şi mă aştept la tot ce este mai bun.

407. ERUPŢIE (... de coşuri) *Vezi: PIELE — ERUPŢIE [... DE COŞURI]*

408. ESOFAG

Esofagul este locul de trecere a alimentelor, care leagă faringele de stomac. **Esofagul** lasă să treacă cu uşurinţă experienţele noi, ceea ce mă ajută să fiu mai deschis faţă de lume şi să evoluez. În general, dacă am emoţii sau idei care "trec pe lângă" drumul lor normal, **esofagul** devine crispat şi trecerea este mai dificilă, poate provoca chiar o iritaţie, care reflectă iritaţia mea interioară, faţă de cineva sau de ceva ce nu pot tolera. Dau dovadă de multă intransigenţă. Există lucruri care nu îmi convin, dar sunt pasiv şi nu fac nimic pentru a schimba lucrurile. Fricile mele, angoasa, suferinţa vor face esofagul să se contracte, chiar să ajungă la o **obstrucţie** totală a pasajului. Mă oblig să fac diverse lucruri pentru ceilalţi, în loc să fac ceea ce vreau cu adevărat. Las totul să treacă, pentru a evita conflictele. Emoţiile mă paralizează şi mă împiedică să "înghit" experienţele noi. Există situaţii sau moduri de gândire pe care mă forţez să le înghit, să le accept ↓♥ ca făcând parte din mine, dar ştiu, în sinea mea, că nu vreau ca acestea să rămână în mine, să facă parte din mine. Pot să "înghit pe lângă" deoarece îmi este frică de o autoritate din exterior sau pur şi simplu ceva "nu trece". Mă împiedic să cresc, să avansez. Poate vreau să înghit prea repede, din lăcomie, de teamă că mai târziu îmi vor lipsi **iubirea** şi afecţiunea. Prefer să "îmi ţin gura". Am impresia că depind de cineva pentru a "aduce pâine pe masă". Mă ataşez prea mult de trecut. Am o atitudine moale şi pasivă. Deoarece **esofagul** face trecerea dintre gură (care semnifică intrarea ideilor noi) şi stomac (ideile pe care le-am digerat) este posibil să am un **cancer la esofag**, dacă simt o furie puternică sau ură faţă de ceva din viaţa mea: ceva "ce nu trece". Se întâmplă să trăiesc o situaţie care mi se pare fără ieşire. Orice s-ar întâmpla în viaţa mea, îmi spun că nu mai are ce să se întâmple, nu mai poate apărea nimic care să îmi redea speranţa. **Partea inferioară a esofagului** se referă la dorinţa mea de a lua totul, de a înghiţi, de a nu arunca nimic. Sunt lacom tot timpul. Îmi este teamă că mi se va lua ceva ce îmi aparţine şi, în acelaşi timp, nu ştiu să profit cu adevărat de ceea ce am deja. **Partea superioară a esofagului** scoate la **lumină** o situaţie pe care refuz "să o înghit", chiar dacă sunt forţat. Există ceva sau cineva care "îmi stă în gât".

Accept↓♥ să renunţ la orice supărare şi accept↓♥ să consider fiecare experienţă din viaţa mea ca pe o ocazie de a creşte, de a mă hrăni cu bucuriile vieţii. Accept↓♥ să fiu un deschizător de drumuri, un leader! Sunt activ: caut posibilităţi noi pentru a mă împlini. Iert orice gesturi sau cuvinte care m-au rănit, ignor acei nori negrii care pluteau deasupra mea şi care mă împiedicau să merg mai departe. Sunt deschis în faţa lecţiilor pe care viaţa vrea să mi le transmită şi astfel voi dobândi mai multă libertate şi pace interioară.

409. EUTANASIE *Vezi şi: MOARTE*

Eutanasia nu este o boală, ci un act prin care vrem să scutim de suferinţa intolerabilă, pe o persoană cu o afecţiune incurabilă. Acest act va duce la o moarte, o plecare fără suferinţă. Este posibil să am un impas moral, dacă sunt în postura de a decide pentru altcineva, dacă trebuie să îi punem capăt zilelor. Este important să rămân ataşat de convingerea mea că viaţa există chiar şi după ceea ce numim moarte şi acest lucru face parte din credinţele mele. Dacă nu este cazul, mă pot întreba dacă persoana din faţa mea chiar manifestă viaţa. **Conştientizez** faptul că această alegere este individuală. Îi pot informa pe cei apropiaţi, verbal sau în scris, despre decizia pe care s-ar putea să o aibă de luat în cazul în care voi fi inconştient.

Accept ↓♥ să îmi exprim voinţa sau ceea ce doresc şi astfel le voi uşura decizia celorlalţi, când va fi cazul şi ei vor fi mai împăcaţi cu alegerea pe care o vor face.

410. EWING (sarcomul lui...) *Vezi: OASE [CANCER DE...] — SARCOMUL LUI EWING*

411. EXCES DE APETIT *Vezi: APETIT [EXCES DE...]*

412. EXCES DE GREUTATE *Vezi: GREUTATE [EXCES DE...]*

413. EXCRESCENŢĂ *Vezi: POLIPI*

414. EXHIBIŢIONISM

Exhibiţionismul este tratat în legătură cu exhibarea organelor genitale. Este strâns legat de educaţia pe care am primit-o şi modul în care îmi trăiesc **sexualitatea**. De fapt, dacă am fost învăţat că sexualitatea este ceva murdar şi nesănătos, cu siguranţă am încercat să o reprim şi, dacă nu am făcut acest lucru, simt nevoia să mă eliberez de această constrângere pe care o trăiesc cu privire la sexualitate. Faptul de a mă abandona în **exhibiţionism** este pentru mine o formă de a respinge propriile mele limite pentru a mă face acceptat↓♥, o formă de a provoca. Iar cum nu sunt în contact cu interiorul meu, **iubirea** mi se pare ceva ce nu este pentru mine. Nu pot avea o relaţie intimă cu cineva, deoarece îmi este teamă că voi fi rănit. Prefer să am experienţe cu anumite persoane, păstrând totuşi o anumită distanţă între noi, astfel voi putea fugi când vreau eu. Voi căuta excitarea în exterior, deoarece am un mare gol interior. Faptul de a mă **exhiba** îmi conferă o a numită putere. Pulsiunile şi dorinţele mele inconştiente mă controlează. Este posibil să vreau, inconştient, să mă răzbun pe cineva care mi-a făcut rău când eram copil. Mă simt neputincios, nerecunoscut pe plan sexual. **Conştientizez** faptul că fiinţa umană a fost creată cu nevoi sexuale, dar că acestea trebuie experimentate în **iubire.** Accept ↓♥ faptul că sexualitatea este un lucru frumos şi sănătos, prin care mă pot împlini. Sexualitatea face parte dea semenea din evoluţia mea pe plan fizic. Accept ↓♥ să mă deschid faţă de **iubire.** Dacă mă respect voi dobândi forţa necesară care mă va ajuta să îmi exprim vulnerabilitatea. Îndrăznind să fiu sincer, ceilalţi vor face la fel şi voi putea avea o relaţie frumoasă, de comunicare şi comuniune.

415. EXOFTALMIE *Vezi: OCHI [DURERE DE...]*

416. EXTENUARE *Vezi şi: OBOSEALĂ [ÎN GENERAL], SÂNGE — HIPOGLICEMIE, TENSIUNE ARTERIALĂ — HIPOTENSIUNE [PREA SCĂZUTĂ]*

Mă simt **extenuat** atunci când corpul meu este obosit, vreau să abandonez ceea ce fac. Tristeţea şi descurajarea pun stăpânire pe creierul meu. Mă simt slab şi nu mai vreau să mă aflu "acolo unde sunt acum". "Ce a determinat această extenuare ?" Sunt nemulţumit de relaţiile mele afective cu partenerul meu sau cu prietenii mei. Am **obosit** să mă adaptez tot timpul celorlalţi. Trăiesc o dualitate între a-mi pune pe primul loc nevoile mele sau ale celorlalţi. Adeseori sângele meu este slăbit, îmi pierd bucuria de a trăi.

Accept↓♥ să îmi regăsesc pofta de viaţă, făcând lucruri care îmi plac şi ascultând muzică frumoasă. Acest lucru mă va ajuta să îmi "ridic moralul". Reiau contactul cu sufletul meu, care mă va îndruma, pentru a-mi regăsi bucuria de a trăi.

417. EXTINCŢIA A VOCII *Vezi: AFONIE*

F

418. FALLOPE (trompele lui...) *Vezi: SALPINGITĂ*

419. FANTA PALATINĂ— GURĂ DE LUP- CONGENITALĂ

Fanta palatină, congenitală numită popular **gură de lup,** este o malformaţie caracterizată printr-o fantă a buzei superioare (mai frecventă la băieţi) sau/şi a palatului gurii (mai frecventă la fete). Este cauzată de oprirea sudării mugurilor feţei embrionului între zilele 35 şi 40 de viaţă intrauterină. **Fanta palatină** nu produce un handicap, dar poate aduce o problemă estetică, poate deranja în alimentaţie şi în vorbire. Încă de foarte devreme ştiam că pentru mine va fi greu să comunic şi să mă afirm, să "deschid gura". Mă simt inferior şi vreau să mă ascund, să mă retrag, deoarece ceilalţi îmi conduc viaţa. Sunt lucruri care îmi scapă, "bucăţile sunt prea mari de înghiţit". Am nevoie să îmi dezvolt respectul de sine, să mă consider pe primul loc.

Mai întâi trebuie să fac faţă acestei realităţi a naşterii mele şi să îndrept situaţia, acceptând↓♥ să fac loc unei depăşiri de sine, unei acceptări ↓♥ a vieţii mele terestre. Aleg în mod conştient, să mă cunosc, să mă recunosc în calitate de suflet în evoluţie. Acceptându-mi↓♥ calităţile şi forţele mele interioare, îmi construiesc o nouă imagine, mult mai pozitivă. Aleg să ocup locul care mi se cuvine, ca un drept divin şi să mă bucur de viaţă. Fiind eu însumi, pot să reiau contactul cu esenţa mea divină şi să ştiu exact ce drum să aleg. Pot să îmi exprim liber nevoile şi să trec la acţiune.

420. FANTĂ VULVARĂ *Vezi: VULVĂ*

421. FARINGITĂ *Vezi: GÂT — FARINGITĂ*

422. FASCIITĂ NECROZANTĂ *Vezi: BACTERIE CARE MĂNÂNCĂ DIN CARNE*

423. FAŢĂ *Vezi şi: PIELE / ACNEE / COŞURI / PUNCTE NEGRE*

Faţa mea este prima parte a fiinţei mele care întâmpină **universul.** Reprezintă "cartea mea de identitate sau de vizită ". De obicei, o singură privire îmi poate da câteva impresii despre cineva, în funcţie de faţa sa, dacă este radioasă, luminoasă, zâmbitoare sau, din contră, întunecată, iritată, tristă. Faţa proiectează lume amea interioară. Are legătură cu imaginea mea, cu identitatea mea, cu ego-ul meu. Dacă vreau să ascund un aspect al personalităţii mele sau dacă ascunde ceva de mine însumi, **faţa** mea va purta o mască şi va deveni tensionată şi plină de grimase. La fel, dacă mă devalorizez, mă critic, mă simt incompetent, dacă am impresia că nimeni nu mă iubeşte, starea mea interioară se va exprima prin starea pielii, care devine iritată sau uscată. O iritare mentală îmi determină o afectare a pielii. Rănile mele interioare se exprimă prin "rănile" feţei: cicatrici, riduri, coşuri, pete etc. Dacă sunt preocupat tot timpul de imagine ape care vreau să o am în exterior, trăiesc un stres, dacă îmi este ruşine de felul în care arăt. Privirea celorlalţi este mai importantă decât a mea ? Rămân la suprafaţa lucrurilor, pentru a evita să intru în contact cu eul meu profund ? Pot ajunge să am "două feţe". Îmi este foarte teamă că îmi voi pierde imaginea de sine ? Poate vreau să mă protejez, nelăsând să se vadă partea mea negativă. Dacă sunt implicat **într-un accident de maşină şi sunt rănit la faţă**, acest lucru indică nevoia mea de a-mi reanaliza imaginea personală, priorităţile şi felul în care îmi gestionez viaţa. **Un traumatism al feţei**, de exemplu, o **fractură a nasului**, survine atunci când ceea ce simt mă determină să mă devalorizez: o situaţie devine insuportabilă, de exemplu, o relaţie extraconjugală, care nu mă mai satisface. Nu mai sunt capabil "să fac faţă" unei persoane sau unei situaţii. Îi las pe ceilalţi să-mi depăşească graniţele.

Pentru ca, trăsăturile feţei mele să se lumineze, să se îmblânzească şi să fie curate, de la sine, accept↓♥ mai întâi să îmi curăţ interiorul şi să mă eliberez de gândurile şi sentimentele negative pe care le întreţin. Las loc pentru **iubire**, pentru mai multă înţelegere, pentru acceptare↓♥ şi mai multă deschidere. **Faţa** mea va fi mai luminoasă şi nu voi mai fi nevoit să port o mască.

424. FAŢĂ LĂSATĂ, MOALE

Trăsăturile feţei sunt lăsate, moi atunci când am sentimentul că ceva mă lasă baltă, sau că eu însumi mă las "să cad". Pielea mea devine flască, lipsită de viaţă. **Pleoapele** au o linie ascendentă, indicând tristeţea din ochii mei. Mă neglijez şi port pică vieţii. Îmi cultiv resentimentele. Îmi lipseşte "fermitatea" în deciziile mele.

Accept↓♥ faptul că am nevoie să îmi "ridic moralul", să îmi recapăt pofta de viaţă. Îmi acord permisiunea de a profita de fiecare moment din viaţă şi îl las pe copilul meu interior să se manifeste.

425. FEBLITĂ *Vezi: SÂNGE — FEBLITĂ*

426. FEBRĂ (în general) *Vezi şi: CĂLDURĂ [SENZAŢIE DE...]*

Atunci când tempertura corpului urcă peste 38°C, am **febră. Febra** este un simptom al **emoţiilor care mă ard**. Aceste emoţii se transformă în **furie** împotriva mea şi a celorlalţi sau împotriva unei situaţii. Îmi invadează tot corpul. De ce am nevoie să ajung la această extremă? Este modul meu de a compensa, pentru a mă odihni şi a primi mai multă **iubire** şi atenţie ? Am nevoie de această pauză pentru a mă adapta unei realităţi care se schimbă foarte repede ? Ce anume mă irită în viaţă ? De obicei, este vorba despre o emoţie "arzătoare" care apare sau această emoţie ia forma unei furii intense, a unei indignări, a unei disperări, a unei nelinişti. Îmi fac griji pentru tot ceea ce există în jurul meu, în afara celui mai important lucru: binele meu interior. Vreau ca ceilalţi să fie mândri de mine, dar cum mă percep eu însumi ? Dacă sunt copil, **febra** bruscă poate fi în relaţie cu conflicte interioare, cu furia sau cu o rană refulată. Eu, copil fiind, îmi exprim emoţiile prin corp, deoarece încă nu ştiu să le exprim verbal.

Orice ar fi, accept↓♥ să identific cauza acelei **febre** şi voi găsi o acumulare de iritare şi de furie, care apare adeseori atunci când "rumeg" nefericirile din trecut. În loc să îmi produc violenţă, îmi **conştientizez** nevoile şi accept↓♥ să învăţ să comunic pentru a exprima ceea ce simt. De acum înainte, nu mai acumulez nimic: ştiu că soluţia este dialogul, comunicarea.

427. FEBRĂ (HERPES FEBRIL...) *Vezi şi: HERPES/ [... ÎN GENERAL] / [... ORAL] / [... LABIAL]*

Apariţia **herpesului cu febră** este în relaţie directă cu **conştientizările** pe care le fac. Îmi pun multe întrebări despre de mine însumi şi viaţa mea în general. Mă aflu într-un conflict între propria mea identitate şi relaţiile cu ceilalţi. Singura modalitate pe care corpul meu a găsit-o pentru a exterioriza acest conflict emoţional şi a mă elibera, este **herpesul** însoţit de **febră**. Ce anume mă împiedică să fiu eu însumi ? Frica mea de respingere !

Când mi se întâmplă acest lucru, accept↓♥ să găsesc motivul pentru care nu sunt în armonie cu mine însumi. Îmi **conştientizez** nevoia de a fi eu însumi în orice situaţie. Accept de asemenea↓♥ să mă exprim, deoarece cei din jurul meu nu pot ghici ce anume mă preocupă. Dacă îi accept↓♥ pe ceilalţi aşa cum sunt, atrag înţelegerea acestora. Redevenind eu însumi, armonia va reapărea în viaţa mea.

428. FEBRA FÂNULUI *Vezi: ALERGIE — FEBRA FÂNULUI*

429. FEMININ (principiu...) *Vezi şi: MASCULIN [PRINCIPIU...]*

Fie că sunt bărbat, fie că sunt femeie, creierul drept şi partea stângă a corpului, reprezintă **principiul feminin** (yin) sediul **creativităţii, al calităţilor artistice, al compasiunii, al receptivităţii, al emoţiilor şi al intuiţiei**, este legat de natura mea interioară. Se manifestă de asemenea prin tandreţe, sensibilitate, blândeţe, armonie, frumuseţe şi puritate, mă conectează la propria mea natură feminină şi la cea a celorlalţi. Este latura mea maternă. Este reprezentată de lună. Principalele dificultăţi legate de principiul feminin sunt legate de exprimarea sentimentelor. Mă simt bine atunci când alin pe cineva ? Sunt capabil să spun "te iubesc" sau "sufăr" ? Nu mă simt în largul meu atunci când eu sunt cel sau cea care primeşte, mai ales când este vorba de **iubire.** Fie că vreau, fie că nu, **principiul feminin** face parte din mine. Atitudinea pe care o am faţă de **natura mea feminină** are o legătură directă cu relaţiile pe care le întreţin cu femeile din viaţa mea (mama, fiica, prietena, soţia etc.) Felul în care vreau să îmi exprim feminitatea (uşurinţa sau dificultatea) va depinde în mare parte de modelul parental şi de identificarea mea cu unul sau altul dintre părinţi. Dacă sunt **bărbat**, am o dificultate în a-mi elibera emoţiile şi a le primi pe cele ale celorlalţi. Dacă sunt **femeie**, există un aspect al feminităţii mele pe care îl neg sau îl refulez. Dacă îmi urmez intuiţia, partea stângă a corpului şi polaritatea mea feminină vor fi sănătoase. Dacă partea mea feminină este dezvoltată exagerat, mă întreb care este gradul meu de încredere în mine şi dacă las emoţiile să ocupe prea mult din partea mea logică şi raţională.

Accept↓♥ faptul că acest **principiu feminin** face parte din mine şi sunt mai deschis faţă de el, ştiind că acest proces este esenţial pentru echilibrul celor două principii care există în mine (feminin şi masculin). Unul îl completează pe celălalt pentru a aduce echilibrul spiritual, emoţional şi fizic al fiinţei mele.

430. FEMININE (afecţiuni...)

Afecţiunile feminine indică faptul că am dificultăţi în a accepta ↓♥ să fiu femeie. Nici măcar nu ştiu cum să îmi exprim feminitatea. Ideea de a acţiona pentru a răspunde aşteptărilor pe care le are o femeie, mă sperie. Îmi este frică să mă supun. Poate am crescut înconjurată de femei care trebuiau să fie "puternice", să ia decizii etc. care de fapt erau ca nişte bărbaţi. Sau am trăit într-un mediu în care femeile erau supuse şi au renunţat la propria personalitate ?

Accept↓♥ să **conştientizez** faptul că mi-am dezvoltat mai mult latura mea masculină, ca urmare a educaţiei pe care am primit-o sau pentru că mi-am promis să fiu eu însămi (în loc să mă supun) şi să îmi asum latura masculină, în detrimentul feminităţii mele. Accept↓♥ să fiu femeie, deoarece în calitate de femeie, sunt întreagă şi îmi exprim sentimentele. Pot fi puternică şi în acelaşi timp să ştiu să ofer tandreţe, **iubire,** înţelegere etc. Fiecare femeie are maniera ei personală de a-şi exprima feminitatea, rămâne ca şi eu să o aleg pe a mea. Îmi voi da seama cât de fericită sunt pentru că sunt femeie.

431. FEMUR *Vezi: PICIOR — PARTEA SUPERIOARĂ*

432. FERMENTAŢIE *Vezi: STOMAC [DURERI DE...]*

433. FESE

Fesele sunt partea cărnoasă a corpului, pe care mă aşez, iau loc, LOCUL MEU. Simbolizează **puterea** mea, fundamentele mele. Fac referire la sentimentul meu de încredere faţă de faptul de a mă simţi în siguranţă. Reprezintă autoritatea mea interioară, sentimentul meu de mândrie. Atunci când strâng **fesele** sau merg cu **fesele strânse,** mă simt ameninţat, îmi este teamă că îmi voi pierde controlul, mă retrag. Se întâmplă ca fesele mele să fie tensionate atunci când mă simt spionat de o persoană care are o poziţie autoritară faţă de mine sau dacă îmi este teamă că "nu sunt la înălţime", în ochii părinţilor mei, de exemplu. Aş vrea să pedepsesc acea persoană, dar nu sunt în stare. Nu vreau să fiu remarcat, deoarece acest lucru m-ar putea determina să mă schimb, să accept ↓♥ anumite lucruri, evenimente sau situaţii trecute, **posterioare**, pe care nu sunt pregătit să mi le asum. Oare sunt capabil să îmi"potolesc autoritatea" ? Sau sunt în reacţie faţă de aceasta, deoarece, în copilărie, mi s-au dat "pălmi la fund" sau cineva a îndrăznit să-mi pipăie fesele ? Dacă însă, merg cu fesele prea relaxate, cu o unduire a şoldurilor foarte pronunţată, îmi ocup locul, pe al meu şi pe al celorlalţi. Îmi place puterea, deoarece conducând îmi asigur controlul. Nu am de ce să mă schimb, încerc să îi forţez pe ceilalţi să se schimbe! **Conştientizez** faptul că sunt agăţat de trecutul meu, de ideile mele, de rănile din trecut şi pot să simt chiar şi ranchiună sau furie. Până când vreau să scap de responsabilităţile mele ? De ce nu am încredere în forţa mea interioară ? Mă simt

instabil şi felul în care mă văd ceilalţi mă deranjează foarte mult. Sunt disperat şi "moale" faţă de deciziile pe care trebuie să le iau. Am impresia că "sunt cu fundul în două luntri" sau că tot timpul este cineva lipit de mine.

Accept↓♥ să mă relaxez şi să merg mai departe, să fiu deschis în faţa noilor experienţe. Accept ↓♥ să-mi dezvolt puterea socială în armonie cu ceilalţi.

434. FIBRILAŢIE VENTRICULARĂ *Vezi: INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ*

435. FIBROM UTERIN şi CHIST FEMININ *Vezi şi: CHIST*

Fibromul este o tumoră benignă formată din ţesuturi fibroase. Apare mai ales la nivelul uterului, sediul **maternităţii, al feminităţii şi al sexualităţii** mele, a tot ceea ce are legătură cu căminul meu, cu familia este legat de un şoc emoţional (rană sau abuz din trecut) pe care l-am trăit. Poate m-am simţit rănită de partenerul meu sau am primit o lovitură sau o jignire pe care nu am ştiut să o gestionez şi să o exprim (pentru a-mi restabili armonia) ? Sau există sentimente de **culpabilitate, de ruşine** sau de **confuzie interioară** refulate de mult timp şi acum au prins formă în această masă de ţesut moale ? Aceste sentimente pot proveni dintr-un şoc emoţional legat de primele mele experienţe sexuale sau de o întrerupere de sarcină, care m-a tulburat. Am un gol interior pe care vreau să îl umplu cu orice preţ. Trăiesc într-un mod superficial, nu îmi împlinesc dorinţele şi nevoile. Prefer să fac ca şi ceilalţi. Pot să am **resenimente** faţă de o persoană care m-a rănit. Sau pot avea îndoieli cu privire la faptul de a avea un copil. Am impresia că îi sprijin pe ceilalţi, îi hrănesc, deoarece mă simt indispensabilă ? Poate îmi doresc să schimb ceva în viaţa mea, vreau ceva nou, dar refuz să îmi manifest latura creativă şi gustul pentru aventură.

Din punct de vedere istoric, este interesant de observat că, femeia măritată devenea "soţie" în momentul în care avea un copil cu soţul ei. Astfel purta "fibra" bărbatului. **Fibromul uterin** apare adeseori în jurul vârstei de patruzeci de ani, când eu, ca femeie, devin conştientă de faptul că, fiziologic, în curând nu voi mai putea avea copii. Poate am luat deja decizia de a nu avea sau a nu mai avea copii, dar corpul meu ştie că acum este "ultima şansă", supravieţuirea speciei umane depinde de asta ! Astfel, dacă am sau am avut o culpabilitate faţă de numărul de copii pe care îi am sau nu îi am, aceasta s-ar putea manifesta sub forma unui **fibrom.** Poate fi vorba, de asemenea, de un copil pe care l-am creat în imaginarul meu, pe care mi-l doream atât de mult, cu un anumit partener, dar nu s-a împlinit dorinţa mea. Poate fi, simbolic, o companie, o afacere – pe care o consider "copilul meu" - pe care am creat-o într-un interval mare de timp şi care, în ultimul moment nu a prins formă, indiferent de cauză. Acest "bebeluş" s-a materializat fizic printr-un **fibrom**, un copil care nu a venit niciodată pe lume. Am sentimente de neputinţă, cred că este"prea târziu" şi aceste sentimente se pot transforma în resentimente. Sunt conştientă de faptul că, ţesuturile moi reprezintă schema mentală inconştientă. Acumularea acestor modele mentale şi atitudini negative au luat acum o formă solidă. A sosit momentul pentru mine, să comunic cu partenerul meu, sau cu alt membru al familiei și să exprim ceea ce simt. Trebuie să rup tăcerea, să exprim ceea ce știu doar eu și nu am vrut să dezvălui niciodată.

În ceea ce privește rușinea, culpabilitatea și confuzia, **accept** ↓♥ faptul că, în acel moment, am acționat cum a fost mai bine pentru evoluția mea. Mă iert și mă eliberez de această greutate. Mă simt mult mai ușoară și fiecare zi care trece mă ajută să înțeleg că mă accept ↓♥ și sunt tot mai fericită ca femeie. Îmi iau viața în propriile mâini și mă îndrept acolo unde este bine pentru mine. Încetez să mai trăiesc în trecut. Mă îndrept spre viitor, știind că sunt îndrumată. Îmi folosesc creativitatea pentru a-mi împlini pasiunile și visele.

436. FIBROMATOZĂ *Vezi: MUȘCHI— FIBROMATOZĂ*

437. FIBROMIALGIE *Vezi și: OBOSEALĂ CRONICĂ [SINDROM DE...]*

Fibromialgia este o disfuncție a mușchilor și a scheletului, caracterizată prin dureri constante, sensibilitate, arsuri musculare, un somn tulburat, oboseală externă (pierderea energiei) și amorțeli acute dimineața. Există optsprezece puncte foarte dureroase, repartizate de-a lungul corpului: mușchii și tendoanele de la nivelul umerilor, al gâtului, între omoplați, la baza spatelui, la nervul sciatic, la genunchi și la coate, la încheietura mâinii și la torace. Persistența durerii la cel puțin unsprezece dintre aceste puncte este suficientă pentru diagnostic. Statistic, sunt afectate șapte femei, la un bărbat. Printre cauze se numără și un dezechilibru cronic al sistemului nervos, în urma unui șoc emoțional, a unui accident sau a unui exces de zel al sistemului imunitar (care continuă să acționeze împotriva unui virus inexistent, de exemplu, după o gripă) sau a unei tulburări de somn. Toate acestea mă fac să cred că "nu valorez nimic", mă simt neputincios în a face schimbări în viața mea. Acest sindrom (un ansamblu de simptome care se manifestă în același timp) are legătură cu perfecționismul, anxietatea, o mare exigență față de sine, împinsă peste limitele mele. Simt o durere interioară puternică, care mă urmărește peste tot. Aceasta își poate avea originea într-un eveniment trăit în copilărie, care a fost cauza unei mari culpabilități. Mă simt în plus și îmi este foarte greu să mă afirm. Nu mă simt la înălțime, am impresia că am căzut de undeva de sus. Simt multă presiune din partea celor din jurul meu, când de fapt eu însumi mă presez prea tare. Simt furie și am impresia că nu primesc **iubire** din partea celor din jurul meu. Nu mai vreau să avansez. Prefer să îmi ascund emoțiile și nu mai simt tandrețea din viața mea. De unde vine această durere constantă ? Apare mai ales atunci când fac gesturi repetitive și monotone. Îmi reamintesc de suferința morală de a mă forța să îmi asum responsabilități pe care nu l-am ales eu. Am vrut să respect anumite principii, care erau contrare nevoilor mele profunde. Trăiesc o viață față de care nu mai am nicio poftă de a o trăi...

Accept ↓♥ să învăț să am grijă de mine, să-mi ofer multă tandrețe, de care am atât de mare nevoie. Las să trăiască copilul meu interior și care a crescut prea repede. Nu trebuie să fiu un super-bărbat (sau o super-femeie): trebuie să fiu doar eu însumi (însămi). Am dreptul să fiu fericit, să trăiesc cu bucurie. Îmi las creativitatea să se exprime prin joc, prin artă, sport sau orice altă activitate care îmi readuce pofta de viață și bucuria de a trăi. Astfel mă voi împlini și voi ajunge să găsesc pacea interioară.

438. FIBROZĂ CHISTICĂ *Vezi: MUCOVISCIDOZĂ*

439. FIBROZĂ *Vezi: SCLEROZĂ*

440. FICAT (abces la...)

O acumulare de puroi produce un abces la ficat. Iar cum **ficatul** are legătură cu critica, **abcesul la ficat**, indică o mare nemulțumire din viața mea, care poate proveni din faptul că evenimentele nu se desfășoară așa cum vreau eu, că îmi fac prea multe griji în anumite situații sau că bucuria și **iubirea** din viața mea sunt insuficiente. Am un prea-plin de emoții. Văd viața în negru și mă plâng în inactivitatea mea. Mă încăpățânez să păstrez ceva sau pe cineva, când de fapt este vorba despre vechile mele gânduri. Acord prea mult loc gândurilor mele negative și nu trăiesc în prezent și în corpul meu fizic.

Afecțiunea apărută este un mesaj pe care viața mi-l transmite pentru a accepta↓♥ să îmi dezvolt flexibilitatea și deschiderea și pentru a mă determina să caut **iubirea** și înțelegerea de care am nevoie pentru a descoperi iubirea din mine. Accept↓♥ să fiu activ, să îmi trăiesc pasiunile și să îmi împlinesc visele. Astfel întrețin mai mult viața din mine. Am **încredere** în mine și în potențialul meu creator.

441. FICAT — CIROZĂ (... a ficatului)

Ciroza este o boală inflamatorie a **ficatului** provocată, între altele, de consumul abuziv de acool. Se caracterizează prin apariția unor leziuni în **ficat**. Celulele sunt distruse și înlocuite cu un țesut fibros. În timpul unei **ciroze**, ficatul poate crește în volum **(hipertrofie)** sau se poate micșora **(atrofie)**. **Ciroza** apare la cineva care se simte forțat de viață, de evenimente sau de anumite situații, care îl constrâng să avanseze. Deoarece mă simt împins împotriva voinței mele, mă opun și mă agăț de ideile mele. Simt **ranchiună** și **agresivitate**. Această boală reflectă furia mea, resentimentele față de viață și față de ceea ce mi se întâmplă. Sunt plin de o agresivitate interioară latentă și mă culpabilizez frecvent deoarece am convingerea că mi-am "ratat" viața. Îmi petrec timpul învinovățindu-mă și criticându-i pe ceilalți. Mă înăspresc atât de tare încât nu mai văd **lumina** de la capătul tunelului. Mi-am pierdut spontaneitatea, îmi interzic și nu îndrăznesc să fac lucrurile care îmi plac, în numele moralei, al regulilor sau pur și simplu al rutinei, rutină pe care am amplificat-o de-a lungul anilor și care mă ține închis în zona ei de confort. Nesiguranța mea este mare și trăiesc o angoasă. La ce folosește să trăiesc ? Merită să mă zbat pentru viața mea ? Nu sunt decât un număr printre multe altele... Unele evenimente din trecut au lăsat urme adânci și rana mea este atât de mare încât nu pot fi deschis față de **iubire**, de teamă că voi suferi din nou. Mă reprim atât de tare încât am tendința de a evada în alcool. Viața ar fi putut fi atât de "roz" și eu o văd atât de neagră... Încrederea mea în mine s-a spulberat şi mă las în voia sorţii, în pasivitate. Încerc să mă autodistrug, îmi resping viaţa sau ceea ce am devenit.

Pentru a mă ajuta să reiau contactul cu viaţa, accept ↓♥ să trăiesc momentul prezent şi să văd ceea ce mi se întâmplă bun"acum". Îmi deschid **inima♥** şi îmi concentrez atenţia pe fiecare gest, pe fiecare acţiune, aici şi acum şi învăţ să nu mai fiu cel mai aspru judecător al meu. Fiind mai tolerant faţă de mine însumi, voi fi mai tolerant şi faţă de ceilalţi şi astfel voi avea mai multă armonie şi fericire în viaţa mea. Îmi verific intenţiile adevărate, rămân deschis faţă de **iubire** şi mă iert în ceea ce sunt. Afirm cine sunt şi îmi recapăt libertatea de a fi ceea ce vreau să fiu. Acţionez. Las la o parte acel trecut prea greu şi prea nefast pentru mine. Am încredere în mine şi accept↓♥ să încep o nouă viaţă, plină de libertate, de spontaneitate şi de **iubire**.

442. FICAT (congestie la...) *Vezi: CONGESTIE*

443. FICAT (criză de...) *Vezi şi: INDIGESTIE*

Ficatul asigură metabolismul alimentelor, elimină excesele de proteine, de grăsimi şi de zaharuri şi purifică sângele de impurităţi. Este esenţial pentru viaţă. Este recunoscut ca fiind sediul **furiei** şi al **criticii**. **Ficatul** este legat, de asemenea, de comportamentul meu şi reprezintă uşurinţa mea de a mă adapta la evenimentele şi la situaţiile din viaţa mea. Emoţiile negative pe care le simt (ură, supărare, gelozie, invidie, agresivitate) afectează buna funcţionare a ficatului. **Ficatul** meu are capacitatea de a acumula stresul şi tensiunea interioară. Astfel, în **ficat** se depun sentimentele amare şi iritante care nu au fost exprimate sau rezolvate. De aceea, atunci când îmi curăţ ficatul prin mijloace fiziologice (prin fitoterapie sau alte metode) sau energetice, mă simt mai calm şi mai în contact cu mine însumi. Tulburările de la ficat îmi pot provoca chiar şi depresie, aceasta fiind o formă de dezamăgire faţă de mine însumi. Pot simţi în acel moment tristeţe, slăbiciune, o stare de abandon, în general. Vreau să mă justific pentru sentimentul meu de culpabilitate şi pentru starea mea de rău. Când **ficatul** meu este obturat, acesta afectează nivelul spiritual şi interior al **conştiinţei** mele. Pot să îmi pierd calea sau direcţia pe care trebuie să merg. **Ficatul** îmi dăruieşte viaţa şi în acelaşi timp îmi poate întreţine frica de această viaţă.

Accept ↓♥ să acţionez astfel încât să îmi dăruiască viaţa. Îmi asum responsabilitatea pentru gândurile mele şi pentru gesturile mele şi aleg conştient să îmi concentrez atenţia doar pe aspectele pozitive. Astfel voi dobândi un nou mod de a privi viaţa. Voi avea o deschidere mai mare şi **iubirea** va circula mai uşor în interiorul şi în jurul meu.

444. FICAT (durere de...) *Vezi şi: CALCULI BILIARI, ICTER*

Ficatul este cel mai voluminos organ al organismului. Este anexat sistemului digestiv şi este situat în partea superioară drepată a abdomenului. **Ficatul** joacă un rol esenţial în mai multe funcţii biologice importante, printre care se numără, secreţia bilei, curăţarea şi detoxifierea sângelui. **Ficatul** reprezintă **credinţa** şi

încrederea în posibilităţile mele. **Durerile de ficat** provin din propria mea atitudine. Frustrările acumulate, ura, gelozia, agresivitatea mea reţinută, toate acestea sunt elemente care declanşează **problemele la ficat.** Aceste sentimente camuflează una sau mai multe frici care nu pot fi exprimate altfel. Am tendinţa de a mă **critica** şi a mă **judeca** şi de a-i judeca pe ceilalţi foarte uşor. Mă plâng tot timpul. Opun rezistenţă faţă de ceva sau cineva. Trăiesc multă nemulţumire. Îi accept↓♥ greu pe ceilalţi aşa cum sunt. Bucuria de a trăi este aproape inexistentă, deoarece îi invidiez pe ceilalţi, lucru care mă tulbură şi mă întristează. Am tendinţa de a fi depresiv. Până unde sunt pregătit să fac eforturi, atât pe plan material, cât şi spiritual ? Mă simt **capabil** să fac schimbările care se impun sau am impresia că îmi lipseşte curajul ? Încă nu am înţeles faptul că, **ceea ce le reproşez celorlalţi nu este decât reflectarea propriei mele persoane.** Celălalt este oglinda mea. Mă plâng tot timpul şi le cer celorlalţi să se schimbe. Unde este bunăvoinţa mea ? Ce efort trebuie să fac ? Îmi lipseşte bucuria de a trăi, bucuria pentru lucrurile simple. Aş putea face un **cancer la ficat** dacă toate aceste emoţii care sunt nocive, "mă rod" mai mult timp. Este posibil ca acest cancer să rezulte dintr-un conflict legat de familie sau de bani, mai ales când îmi este teamă că îmi lipseşte ceva. De multe ori, emoţia care se acumulează în **ficat,** este furie. Nu mă simt respectat şi recunoscut, ceea ce generează o frustrare mare. Mă întreb ce sens pot da vieţii mele. Mai am **încredere** că mă voi împlini şi voi fi fericit ? Viaţa mea este lipsită de sens ? Ce este bun pentru mine şi ce ar trebui să elimin din viaţa mea ? Care sunt limitele şi posibilităţile mele ? Mă distrug sau, din contră, alimentez bucuria şi viaţa din mine ? De unde provine sentimentul meu de neputinţă ? De ce mă agăţ de ceilalţi şi de situaţii, în loc să am încredere în mine ? Nu vreau să îi abandonez pe cei dragi... Toate aceste emoţii acumulate generează o angoasă interioară şi mă poluează. În cazul unui **cancer de ficat** există o descurajare puternică, tristeţe şi chiar disperare. Îmi este atât de teamă că voi pierde ceva sau pe cineva încât mă agăţ cât de tare pot de acea persoană sau acel lucru. Nu mai am încredere în mine. Îmi este frică de **lipsă,** şi **absenţa** celor pe care îi iubesc mă apasă foarte tare, mi se pare o **eternitate.** Această frică mă face să vreau **să acumulez, să adun** în exces pentru a evita orice **carenţă.** Îmi fac provizii, vreau să **devorez** totul, de teamă că îmi va lipsi ceva. Am o dorinţă continuă, obsesională chiar, pe care nu o pot potoli, ceea ce mă determină să mănânc într-un mod excesiv şi să îmi deranjez astfel **ficatul.** Îmi fac griji pentru orice, îmi fac "sânge rău", viaţa mi se pare nedreaptă. **Cancerul,** în acest caz indică faptul că am nevoie să fac schimbări importante în viaţa mea. Am o imagine atât de negativă faţă de mine, încât ceilalţi îmi reamintesc acest lucru şi mă tratează aşa cum mă tratez şi eu. Acest lucru se reflectă prin persoane care nu mă respectă.

Acum este momentul să **conştientizez** faptul că trebuie să mă accept↓♥ aşa cum sunt şi să învăţ să mă iubesc mai mult. Faptul de a fi capabil de înţelegere şi **iubire** faţă de mine însumi îmi va deschide calea spre înţelegerea şi **iubirea** celorlalţi. Îmi voi regăsi bucuria de a trăi. Încetez să îi mai critic pe ceilalţi şi accept↓♥ să aleg o direcţie nouă în viaţa mea, în care bucuria şi lucrurile pozitive să fie raţiunea mea de a fi. Îmi recunosc dorinţele, învăţ să mă respect şi aceste noi energii pozitive vor alunga boala.

445. FICAT — HEPATITĂ *Vezi şi: ALCOOLISM, INFECŢIE, INFLAMAŢIE, ICTER*

Hepatita este o inflamaţie a **ficatului** provocată de un virus, de bacterii, alcool, medicamente, o transfuzie de sânge infectat şi, în cazul toxicomanilor, de seringi nesterilizate, este o afecţiune care afectează întreg corpul. Simptomele sunt o stare de slăbiciune, icterul, lipsa poftei de mâncare, greţurile, febra şi durerile abdominale.

Ficatul este cel care "dă viaţă": curăţă sângele de toxine şi de excese şi păstrează starea noastră emoţională (sângele) într-un echilibru sănătos. **Ficatul** este locul în care pot acumula emoţii otrăvite şi multă ură. Este şi sediul **furiei.** Cuvintele care denumesc afecţiuni terminate cu sufixul "-ită", precum **hepatită,** indică o iritare, o furie. **Hepatita** poate avea legătură cu relaţiile mele personale sau cu o situaţie dificilă. Sunt disperat şi îmi reanalizez imaginea pe care o proiectez în exterior. Atunci când "îmi fac sânge rău) pentru orice, acest lucru mă determină să trăiesc multă furie, ranchiună şi ură, care pot duce la violenţă împotriva mea însumi sau împotriva celorlalţi. Toate aceste emoţii îşi au de multe ori originea într-un sentiment de eşec într-un aspect al vieţii mele sau cu privire la revolta mea faţă de nedreptatea din lume. Nu vreau să îmi deschid spiritul şi să văd lucrurile sau evenimentele altfel. Îmi este greu să disting binele de rău. Oare mă respect cu adevărat în ceea ce sunt şi în ceea ce trăiesc ? Am impresia că mă pierd, mă simt inundat de tot ceea ce există în jurul meu ? Am impresia că nu mai sunt în contact cu eul meu divin şi nu mai ştiu în ce direcţie să merg ? Pot avea impresia că mă aflu între două lumi. Mă simt tăiat în două - între jumătatea tatălui, partea de sus şi jumătatea mamei, partea de jos. Pot să simt **ranchiună** faţă de unii membri ai familiei, care interferează în viaţa mea. **Hepatita virală** A este provocată de o **ranchiună** pe care o am faţă de mâncare în sine sau faţă de o problemă legată de alimentaţie, care este foarte importantă pentru mine. De exemplu, în cazul unui soţ divorţat care refuză să plătească pensia alimentară. Noţiunea de "fugă" este foarte prezentă în viaţa mea şi mă împiedică să trăiesc în adevăr şi respect. **Hepatita virală** B, scoate în evidenţă **o ranchiună** trăită faţă de ceva sau de cineva care mi-a fost impus. Este posibil să fi amânat, să las pentru mai târziu un eveniment care mă deranja şi am trăit o dezamăgie foarte mare şi poate şi un sentiment de respingere. E ca şi cum aş fi fost "aruncat" într-o situaţie pe care o refuzam. De exemplu, am fost obligat să particip la un concurs de dans. Am fost scos dintr-o situaţie confortabilă şi m-am trezit într-o altă situaţie, care nu îmi convenea deloc. M-am simţit prins, incapabil să reacţionez. Am o angoasă şi există situaţii din trecutul meu care m-au marcat atât de tare încât acum am tendinţa să îmi definesc viaţa în funcţie de acele experienţe, pe care le consider negative, în loc să am încredere şi să accept↓♥ că lucrurile vor merge bine pentru mine. Mă "otrăvesc" cu dificultatea mea de a renunţa la trecut, prin ataşamentul meu faţă de planul material şi de imaginea socială. Acest lucru se poate traduce printr-o nevoie de a avea mai mulţi parteneri sexuali. Astfel evit să mă implic total, din teama de angajament sau de a fi rănit, de a fi "înţepat". **Hepatita virală C** apare ca urmare a unei **ranchiuni** puternice faţă de ceva necunoscut şi secret. De exemplu, întrebări de genul "Cine sunt părinţii mei ? Unde m-am născut ?" Pot să mă opun în faţa noilor situaţii din viaţa mea, care îmi aduc schimbări. Poate vreau să mă agăţ de prejudecăţile mele şi de ideile mele. Profit de timpul de odihnă pentru a-mi evalua viaţa. Mă eliberez de prejudecăţi, de furia pe care o întreţineam în mine.

Accept↓♥ să adopt atitudini noi care mă vor ajuta să îmi realizez potenţialul. Elimin tot ceea ce îmi face rău şi accept↓♥ să primesc bucuria în viaţa mea, deoarece o merit !

446. FICAT (pietre la...) *Vezi: CALCULI BILIARI*

447. FISTULĂ

Fistula reprezintă formarea unui canal de legătură anormal între două organe (**fistula internă**) sau un organ şi piele (**fistula externă**). Pentru a se forma un astfel de canal trebuie să existe un blocaj foarte puternic la acel nivel, care persistă de ceva timp. Inconştient, am fost atât de **anxios**, m-am **reţinut** şi am **blocat** calea de eliminare normal. Ce se ascunde în spatele anxietăţii mele? Îmi este teamă că voi fi respins sau abandonat, că voi fi ridiculizat sau că mă înşel. Am reţineri legate de a lăsa lucrurile să curgă. Mă retrag în mine însumi pentru a mă proteja. Deoarece îmi este teamă că voi suferi, reţin totul, începând cu emoţiile mele. Pot chiar să am idei de răzbunare, de a omorî pe cineva, de obicei, un bărbat, chiar dacă, în realitate, nu am o astfel de personalitate.

Accept↓♥ faptul că, în spatele oricărei emoţii există orgoliul şi cu cât este un orgoliu mai mare, cu atât mai mare va fi frica mea. Am nevoie să mă recentrez pe prezent şi să îmi ascult intuiţia. Viaţa este o şcoală în care învăţ. Dacă îmi blochez procesul de învăţare, îmi voi bloca şi evoluţia.

448. FISTULE ANALE *Vezi: ANUS — FISTULE ANALE*

449. FISURI ANALE *Vezi: ANUS — FISURI ANALE*

450. FLATULENŢĂ *Vezi: GAZE*

451. FOBIE *Vezi şi: ANGOASĂ, CLAUSTROFOBIE, FURIE*

O **fobie** este o frică nejustificată, caracterizată printr-o angoasă faţă de un obiect, o situaţie, un gest sau o idee. Dacă am o **fobie**, este posibil să fi primit o educaţie strictă şi represivă şi să fi reprimat anumite aspecte ale sexualităţii mele, în copilărie. O **fobie** cuprinde, de obicei o frică de moarte. Obiectul care declanşează fobia este periculos pentru viaţa mea, altfel nu ar exista această **fobie.** Când a apărut această fobie în viaţa mea, am trăit o imensă furie faţă de o situaţie în care m-am simţit neputincios. Nevoia mea de siguranţă a fost complet distrusă în acel moment.

Uneori, îmi pot aminti de o anumită situaţie, în care am trăit o frică puternică faţă de **obiectul fobiei mele.** Totuşi, este important să aflăm semnificaţia, atât în sens propriu, cât şi în sens figurat, pentru a descoperi încărcătura emoţională (de obicei, multă furie) corespunzătoare.

De exemplu, dacă am o **fobie de păianjeni**, mă întreb care este caracteristica dominantă a păianjenilor: este vorba despre capacitatea lor de a ţese o pânză, pentru a-şi atrage prada. Este posibil să îmi fie teamă că voi fi prins într-o capcană, de către un coleg de serviciu, un membru al familiei etc. Deoarece unii **păianjeni** sunt veninoşi, este posibil, de asemenea, să nu tolerez oamenii care îmi "otrăvesc" viaţa şi mă împiedică să fiu eu pe primul plan.

Dacă am o **fobie de murdărie** sau de **microbi**, detest tot ceea ce consider "murdar", fie legat de sexualitatea mea, de corpul meu fizic sau orice altceva, ce consider imoral. Nu tolerez "nicio pată pe dosarul meu" şi astfel pretind perfecţiunea atât pentru mine, cât şi pentru ceilalţi.

Dacă am o **fobie de şerpi**, îmi este groază atât de animal, cât şi de o persoană care are un comportament de şarpe, adică este în stare de orice manevră pentru a-şi atinge scopurile şi este total imprevizivilă. Şarpele, ca simbol este asociat cu sexualitatea.

Accept↓♥ să fac faţă acestei angoase, chiar dacă pentru acest lucru este nevoie să consult un psihoterapeut, pentru a mă îndruma şi a mă însoţi în demersul meu. **Conştientizez** obiectul real sau imaginar al fricii mele. Caut originea sau cauza acestei spaime. Îmi las sentimentele de furie şi de neputinţă să se exprime, pentru a mă reconecta cu puterea mea divină creatoare. Angoasa mea se va topi şi îmi voi recăpăta controlul asupra vieţii mele !

452. FOLICULITĂ *Vezi: PĂR [BOLI DE...]*

453. FRACTURĂ *Vezi şi: OASE — FRACTURĂ [... OSOASĂ]*

454. FRICĂ *Vezi şi: RINICHI [PROBLEME RENALE]*

Frica este o teamă, o spaimă pe care o simt faţă de un pericol **real sau imaginar**. Când îmi este **frică, inima♥** mea bate foarte tare, devin tensionat. **Frica** apare în interiorul meu atunci când mă simt neliniştit, nu sunt sigur pe mine, sunt descurajat, sunt foarte emotiv etc. Obiectul **fricii** mele poate fi eşecul, abandonul, respingerea, frica de a fi rănit etc. **Frica** devine atât de reală în ochii mei, încât întregul meu corp va reacţiona din cauza ei şi, mai ales, **rinichii**. **Frica** mea nu face decât să crească şansele ca lucrurile de care mă tem, să se întâmple. **Frica de o anumită boală poate fi ea însăşi un factor determinant în apariţia acelei boli.**

Este important să **conştientizez** care sunt fricile care îmi controlează viaţa (nu oamenii sau situaţiile). Printre cele şase frici fundamentele se află:

frica de moarte,
frica de boli,
frica de sărăcie,
frica de a pierde iubirea unei fiinţe dragi,

frica de bătrâneţe,
frica de critici[36]

Faptul de a-mi fi **frică** arată că mi-am abandonat forţa interioară. Dacă s-ar întâmpla ceva, acel lucru sau altcineva mi-ar controla viaţa. Când fricile mele ajung să îmi controleze raţiunea, pot ajunge să am **atacuri de panică.** Nu mai sunt capabil să fiu neutru şi detaşat faţă de ceea ce trăiesc. Mă aflu într-o stare de dezechilibru şi de vulnerabilitate interioară. Sunt centrat mai mult pe aşteptările celorlalţi faţă de mine, decât pe propriile mele nevoi. Nu mai am repere şi uneori am impresia că sunt pe cale să înnebunesc.

Accept↓♥ ca, începând de acum, să îmi înlocuiesc frica cu încredere. Am deplină putere asupra vieţii mele. Cer tot timpul să fiu protejat şi îndrumat în acţiunile mele sau în vorbele mele, pentru binele tuturor.

455. FRIG - HIPOTERMIE

Hipotermia apare atunci când mentalul meu este rece, înţepenit. Mă simt acuzat şi ameninţat. **Hipotermia** îmi furnizează o scuză pentru **a fi singur. Conştientizez** faptul că sunt înţepenit faţă de evenimentele din viaţa mea. Care este motivul pentru care mă simt ameninţat ? Verific ce anume a provocat această tensiune (persoană sau eveniment) şi realizez faptul că este vorba despre fricile mele şi nevoia mea de a fi pe placul celorlalţi. Am nevoie să fiu iubit şi apreciat. Lipsa de **iubire** este cea care îmi dă senzaţia de **frig**. Frigul simbolizează singurătatea, suferinţa, teroarea, partea întunecată a lucrurilor. Există ceva ce m-a **îngheţat**, mi-a îngheţat **inima♥.**

Accept ↓♥ să las lucrurile să curgă şi să nu mă judec. Acţionez cu mai multă supleţe faţă de mine însumi. Ceilalţi nu sunt decât oglinda mea. În viaţă, tot ceea ce mi se întâmplă are rolul de a mă ajuta să-mi depăşesc limitele, pentru a evolua.

456. FRIG, FRISON

457. FRIGIDITATE *Vezi şi: FEMININE [AFECŢIUNI...]*

Frigiditatea constă în insatisfacţia sexuală a femeii în timpul raportului sexual. De obicei, are legătură cu un traumatism profund sau cu un conflict interior. Frica este principala cauză: frica de impulsurile mele sexuale sau de plăcerea care mi se pare "indecentă", frica de a mă abandona şi de a-mi pierde controlul. Am impresia că voi "pierde ceva" dacă mă voi abandona sexualităţii. Mă simt invadată şi am impresia că sunt fără apărare. Am nevoie să deţin controlul şi deoarece acesta nu există în momentul orgasmului, evit să trăiesc un orgasm, pentru a nu mă simţi controlată total de partener. Prefer să-mi controlez emoţiile şi evenimentele, pentru a evita să ajung într-o situaţie neplăcută. Sau, este posibil ca în acel moment, să deţin puterea atât asupra mea, cât şi asupra celuilalt. Acest comportament este accentuat dacă educaţia mea sexuală a fost în secret şi părinţii mei considerau sexualitatea ca pe ceva rău, respingător sau o practicau într-un mod situat în afara normelor impuse de societate. În realitate, este vorba despre frica de a înfrunta ceea ce se ascunde în interiorul meu. Când apare această frică, cred că sunt urâtă şi fără nicio valoare. Îmi este ruşine şi mă culpabilizez puternic. Educaţia pe care am primit-o are un impact mare asupra **frigidităţii** mele. Sexualitatea era considerată ceva dezgustător şi care reprezintă cele mai josnice instinct al oamenilor? Am auzit vorbindu-se despre resemnare şi supunere cu privire la relaţiile sexuale, în sensul că nu există nicio plăcere în ele? Sau am suferit un abuz sexual în copilărie? Dacă da, îmi resping inconştient sexualitatea şi am o dificultate în a mă lăsa atinsă fără să simt frică şi dezgust. **Conştientizez** faptul că nu există nimic dezgustător în sexualitate. Din contră, când aceasta este exprimată între parteneri constanţi, care trăiesc o relaţie de acceptare↓♥ şi de **iubire** profundă, este **frumoasă şi sănătoasă.**

---

[36] Frica arată în ce asepct al vieţii mele ar trebui să am mai multă Iubire. Frica indică drumul pe care trebuie să îl urmez pentru a fi mai conştient de conflictul emoţional pe acre îl am de rezolvat sau de integrat, pentru a reăsi mai multă Iubire, înţelepciune şi Libertate.

Accept↓♥ să fiu mai deschisă faţă de partenerul meu, să îmi exprim fricile în faţa lui. **Accept↓♥** de asemenea să îi spun care sunt nevoile mele. Îmi dau seama că sexualitatea face parte din dimensiunea mea fizică şi că este o sursă de împlinire în evoluţia mea. Este important de subliniat faptul că, este posibil ca nevoile sexuale pentru persoanele aflate într-un proces de evoluţie (atât bărbaţi, cât şi femei) să fie foarte puţin prezente sau deloc prezente, la un moment dat. În acest caz, învăţ să-mi folosesc din plin toate energiile creative şi să fac în aşa fel încât energia sexuală să nu mai ocupe un loc atât de important în viaţa mea. Plăcerea poate fi exprimată prin plenitudinea interioară pe care o trăiesc în fiecare moment, prin bucuria şi fericirea la care mă pot conecta, chiar şi în afara relaţiilor sexuale.

Oricare ar fi etapa în care mă aflu, **accept↓♥** că este important să mă respect în nevoile mele, să fiu mai deschisă faţă de ideea că sexualitatea poate fi o sursă de plăcere şi un mod sănătos de a comunica cu partenerii mei. Dacă simt că cineva abuzează de mine sau că sexul devine pentru mine sau pentru celălalt un mod de a compensa un gol interior, este răspunderea mea să comunica acest lucru. Astfel nu va exista niciun joc de putere, ci doar o comunicare plină de **iubire.**

458. FRIGURI DE BALTĂ *Vezi: MALARIA*

459. FRILOZITATE

Sufăr de **frilozitate** dacă îmi este frică de frig sau am o mare sensibilitate la **frig.** Această **frilozitate** apare de obicei în urma unui eveniment în care am trăit o separare faţă de o persoană, un animal sau chiar un obiect (de exemplu o jucărie de pluş) la care ţineam mult şi care ştiu că nu va mai reveni niciodată. Trăiesc un mare gol, un mare **frig** deoarece mi-am pierdut **iubirea,** atenţia, contactul fizic cu obiectul sau persoana de care am fost separat. Nu mai sunt în contact cu căldura umană, mă simt singur. Se întâmplă adeseori să fie vorba despre relaţia cu tatăl meu, în care simt un gol, o distanţare, o absenţă. Timiditatea mea accentuează acest sentiment de **răceală.** Mai ales dacă sunt copil şi cred sau mi s-a spus că atunci când cineva pleacă (moare) merge în cer. Dar e **frig** în cer! Şi eu încep să fiu friguros, deoarece, cred că, dacă voi fi în contact cu frigul, atunci voi fi în contact şi cu persoana dragă care a murit! **Conştientizez** faptul că am nevoie de mai multă căldură în viaţa mea sau de mai multă **iubire** sau am nevoie să mă reconciliez cu cei care m-au separat de ceea ce reprezenta pentru mine **iubirea.** Este important să **conştientizez** evenimentul care a "declanşat" **frilozitatea** şi să accept↓♥ cu adevărat (să recunosc) absenţa persoanei, a obiectului sau a animalului de care am fost separat, pentru a mă împăca cu mine însumi şi cu situaţia.

Accept↓♥ faptul că îmi este foarte greu să îmi ofer mie acea căldură de care am atât de mare nevoie. Am tendinţa să mă denigrez, împiedicând astfel **iubirea** să circule în interiorul meu. Angoasa pe care o trăiesc mă face să mă retrag în sinea mea. Mă refugiez în gândurile mele. Am nevoie să ies din cochilia mea şi să exprim ceea ce sunt. Acceptând↓♥ **iubirea** reiau contactul cu mine însumi şi cu cei din jurul meu.

460. FRUNTE

Fruntea este situată la nivelul creierului şi, deoarece face parte din cap, reprezintă individualitatea mea şi felul în care fac faţă vieţii şi evenimentelor, mai mult la nivel raţional decât emoţional. Face referire de asemenea, la voinţa şi la vederea mea. Se poate spune că forma **frunţii** şi particularităţile ei, pot indica felul în care îmi **înfrunt** responsabilităţile. Deschiderea mea de spirit este vizibilă în lăţimea frunţii: cu cât este mai îngustă, au atât sunt mai rigid şi am nevoie de idei noi. Orice rană sau afecţiune a frunţii denotă o frică sau o culpabilitate faţă de propriile mele opinii, pe care îmi este greu să mi le asum pe deplin, ştiind că există riscul de a-i deranja pe cei din jurul meu[37]. În plus, aceste opinii sunt diferite de părerile celorlalţi. De multe ori sunt tratat cu dispreţ de ceilalţi. Mă gândesc tot timpul şi mă devalorizez cu privire la capacitatea mea intelectuală. Îmi place să îi contrazic pe ceilalţi pentru a-mi rezolva unele probleme importante. Astfel îmi cresc respectul de sine, într-un mod superficial. Vreau să las impresia unei persoane puternice.

Accept↓♥ faptul că integritatea mea personală este prea importantă şi este vital să mă respect în ceea ce sunt, fiind deschis la opiniile altora şi ştiind, în acelaşi timp, că am dreptul de a avea o opinie diferită. Îmi fixez **frontierele** pentru a păstra spaţiul care îmi aparţine mie.

461. FUMAT *Vezi: BUERGER [BOALA LUI...], CANCER LA LIMBĂ, DEPENDENŢĂ, PLĂMÂNI*

Fumatul ţigărilor are legătură cu plămânii, simbol al vieţii, al libertăţii şi al autonomiei, al comunicării dintre mine şi univers. Fumatul este considerat un soi de protecţie, un "voal" care mă ajută să ascund anumite angoase profunde. Cred că mă protejez prin acest ecran de fum, care mă înconjoară şi care mă împiedică să văd adevărul. Inconştient, **fumatul** împlineşte astfel nevoile neîndeplinite din copilărie: primul alăptat, căldură, **iubire**, afecţiune din partea mamei.

---

[37] Il arrive souvent pendant la puberté que l'acné se manifeste surtout au niveau du **front**. C'est l'enfant qui se rebelle et veut contredire ou affronter ses parents

Îmi aprind o **țigară** fără să mă gândesc: este un obicei, un gest mecanic, o manie devenită atât de importantă pentru mine. Am nevoie să îmi echilibrez, mai mult sau mai puțin, nervozitatea, excitabilitatea nervoasă. Sunt concentrat prea mult la nivelul minții, iar **fumatul** devine o țeavă de eșapament, un mod superficial de a-mi elibera stresul. Îmi este greu să îmi acord timp pentru mine și singurul moment când reușesc să fac acest lucru este de obicei atunci când fumez o "țigară". Vreau să regăsesc alinarea mamei, siguranța pe care mi-o oferea. Este posibil să fi cunoscut foarte puțin acest sentiment de siguranță în copilărie. M-am simțit singur, plin de angoasă, departe de toți. Este posibil ca mama să nu se fi ocupat de mine și pot trăi cu impresia că m-a îndepărtat de tatăl meu. Iar pentru că am crescut prea repede nu prea știu ce să fac cu toate emoțiile pe care le am și nu îndrăznesc să experimentez plăcerile corporale.

Astfel **țigările** devin o adevărată bucurie în sine. Devin bucuria mea de a trăi deoarece acesta nu există în viața mea. Este posibil ca această bucurie să fi existat doar atunci când mama era alături de mine, în copilărie, iar acum nu mai este atât de prezentă. Am impresia că nu mai am nimic: simt o mare lipsă. Relațiile cu ceilalți mă sperie. Faptul că **fumez** înseamnă că fug de o situație neplăcută, din familia sau din viața mea. Fumatul face și mai nebuloase deciziile mele. Manifestă un refuz al celorlalți și mă ajută să păstrez distanța, mai ales față de cei care nu fumează și sunt mai sensibili. **Fumatul** devine partenerul meu și îmi dă senzația că sunt mai puțin singur. **Fumatul** crește ritmul cardiac și acționează ca un stimulent. Care sunt deciziile pe care nu reușesc să le iau și care îmi fac viața fadă ?

Accept↓♥ să îmi identific adevăratele nevoi. **Conștientizez** faptul că pot trăi cu iluzia că **fumatul** mă protejează de lumea exterioară: uneori devine o "oportunitate" de a deschide o conversație cu un străin ("ai o țigară sau ai un foc ?") sau îmi dă ceva de făcut atunci când mă deranjează o anumită conversație ("ies afară să fumez o țigară"). Umple golul sau pauzele dintr-o conversație. **Fumatul** devine parte integrantă din relațiile mele cu oamenii. Îmi folosește în momentele neplăcute. Când vine momentul să mă las de fumat trebuie să îmi regândesc întreaga modalitate de a interacționa cu oamenii.

Accept ↓♥ să comunic mai mult și într-un mod mai relaxat. Dacă vreau să mă las de fumat ar fi bine să găsesc cauza emoțională de care se leagă acest obicei, lucru care mă va ajuta. Voi vedea apoi mult mai clar ceea ce vreau cu adevărat de la viață și nevoile mele vor fi împlinite în armonie cu ființa mea veritabilă. Limitările pot dispărea dacă mă simt liber să evoluez în propriul meu ritm. Savurez fiecare moment și mă simt în siguranță, deoarece știu că merit să fiu iubit.

462. FURIE *Vezi: ANEXA III, DURERE, FICAT, INFECȚII*

Furia este o exaltare a stării afective și un mod de exteriorizare brutală a acesteia, se manifestă printr-o excitare atât fizică cât și verbală, care crește treptat mergând până la țipete, aruncarea cu obiecte, agresivitate, tremurat etc.

Furia este un țipăt de alarmă spontan, manifestarea unei **revolte interioare**, o nemulțumire violentă, însoțită de agresivitate. Înainte de vârsta de doi ani este o simplă modalitate de a reacționa sau de a exterioriza o stare de rău (frig, foame etc.) dar, mai târziu, este mai mult o metodă de opunere decât de reacție la interdicții, putând deveni o metodă de șantaj afectiv sau de dominare. Aceste emoții care mă invadează se manifestă în general la nivelul ficatului, prin apariția unor toxine care pot declanșa **o criză de ficat.** Gândurile mele se amestecă, se învălmășesc, se amplifică până când **nu mai văd limpede.** Îmi crește tensiunea și devin **roșu de furie.** Ce anume mă deranjează atât de tare și cine mă face să explodez ? Trăiesc frustrări foarte mari și nu sunt capabil să mă afirm. Mă simt invadat de ceva sau de cineva. Vreau să alung acele lucruri și folosesc **furia** ca mijloc de exprimare. Îmi este greu să fiu introspectiv și să admit că sunt lucruri pe care trebuie să le schimb. Vreau să rămân ferm pe poziție. Dacă sunt **furios** este important să caut cauza care a provocat această stare. Este posibil să trăiesc un sentiment de slăbiciune, de frustrare, de neînțelegere, de neputință etc. Acesta poate fi exagerat sau îngroșat printr-o emotivitate prea mare sau de impulsivitatea mea. Când îl identific, îmi dau seama că acel conflict se repetă inconștient și poate proveni din situații pe care nu le-am rezolvat, încă din copilărie. Astfel integrarea lor va fi mult mai rapidă.

Accept↓♥ să mă deschid în fața **iubirii** pe care o pot manifesta aici și acum. Sunt atent și **vigilent** la toate semnele care indică o eventuală furie și nu mă las inutil prins de aceasta.

463. FURNICĂTURI

Furnicăturile reprezintă o senzație la suprafața corpului, care apare de obicei spontan, după comprimarea mecanică a unui nerv sau a unui vas de sânge. Locul în care apare furnicătura indică conflictul sau iritarea temporară pe care o trăiesc legat de un aspect din viața mea.

Accept↓♥ să conștientizez acest lucru și las energia să circule liber.

464. FURUNCULI Vezi: PIELE — FURUNCULI

465. FURUNCULI VAGINALI *Vezi: PIELE — FURUNCULI VAGINALI*

G

466. GAMBE *Vezi: PICIOARE -GAMBE-PARTEA INFERIOARĂ*

467. GANGLION (... limfatic) *Vezi şi: ADENIŢĂ, ADENOPATIE, CANCER AL GANGLIONILOR [... AL SISTEMULUI LIMFATIC], LIMFĂ*

Ganglionul reprezintă o masă rotundă de celule, situată pe traseul unui vas limfatic. Dacă îmi este greu să fac faţă unei situaţii şi, în loc să cer ajutor şi să vorbesc despre ea, păstrez totul pentru mine, **păstrez secret** descurajarea şi dezamăgirea mea, vreau să las totul să treacă, nostalgia faţă de viaţa mea se va manifesta după ceva timp, sub forma unuia sau mai multor **ganglioni**. Respectul de sine s-a diminuat şi frica mea de viitor mă face să trăiesc o angoasă. Trăiesc în defensivă şi în lipsa de acţiune. Trăiesc o situaţie în care am impresia că voi fi atacat. Mă simt ţintuit la zid şi nu mă pot mişca. Este posibil să am o dificultate de comunicare cu ceilalţi şi acest lucru mă afectează pe plan emoţional sau îmi provoacă frici în relaţiile cu ceilalţi. Aş vrea să fac parte dintr-un grup, dintr-o organizaţie, să fiu mai aproape de prietenii mei în loc să trăiesc singur. Este important să observ în ce parte a corpului apar ganglionii, deoarece astfel voi găsi o pistă pentru sensul acestei afecţiuni. De exemplu, dacă îmi fac griji pentru ceva ce vreau să exprim, dar păstrez în interior, există riscul să apară unul dintre ganglionii din zona **gâtului**. Sunt cotropit de emoţiile pe care vreau să le evit. Dacă există lucruri pe care nu vreau să le aud, **ganglionii de lângă** urechi pot să îmi afecteze auzul. Ganglionii, în general, indică faptul că am o stare de ambivalenţă faţă de o situaţie. Mă zbat mult, mă simt blocat, strâmtorat. Mă simt atacat şi trebuie să **mă apăr** tot timpul, să mă **protejez**, dar nu găsesc niciun loc sau colţ în care să mă adăpostesc. Inconştient, aş vrea ca tatăl meu să mă apere. Mă simt obligat să păstrez familia legată şi în armonie. Mă întreb dacă sunt pregătit să îmi asum întreaga responsabilitate pentru viaţa mea sau prefer să "fiu în nori ". Îmi este frică de emoţiile mele, orice aspect sexual este perceput ca o ameninţare pentru mine. Dacă mă deconectez de la propriile mele emoţii şi mă ascund într-o carapace, cum voi mai putea fi în contact cu cei din anturajul meu? Când **ganglionii** se **umflă** înseamnă că există în organism o supraîncărcare cu toxine, care trebuie eliminate. Umflarea poate fi generalizată sau localizată (sub braţ, de exemplu) şi este în legătură cu sistemul nervos central. Probabil că responsabilităţile pe care mi le impun sunt în exces. Nu vorbesc despre acest lucru şi păstrez frustrarea în mine. Observ atitudinile faţă de o persoană din apropierea mea şi constat că ar fi important pentru mine să renunţ la un rol pe care mi l-am atribuit şi a cărui răspundere este prea grea pentru mine.

Accept ↓♥ să îmi comunic nevoile pe toate nivelurile pentru ca disperarea mea să dispară şi să facă loc speranţei şi bucuriei de a trăi. Trebuie să îmi ignor problemele şi să am încredere: o forţă superioară mă va ajuta pe drumul meu. Accept↓♥ să simt tot ce există în mine. Cu cât integrez mai bine corpul fizic şi sentimentele mele, cu atât mai repede voi stabili un echilibru corp-spirit pentru evoluţia mea spre mai bine. Învăţ să mă iubesc şi să mă respect, trasând anumite limite, să mă exprim atunci când există un prea-plin de emoţii şi relaţiile mele vor deveni astfel mai autentice.

468. GASTRITĂ *Vezi: STOMAC — GASTRITĂ*

469. GASTRO-ENTERITĂ *Vezi: INTESTINE — GASTRO-ENTERITĂ*

470. GÂT (în general, partea exterioară)

Gâtul este partea corpului care susţine capul. Această legătură dintre corp şi spirit este puntea care permite vieţii să se manifeste, este expresia vie, care face posibilă mişcarea fundamentală. Reprezintă **flexibilitatea**, **supleţea** şi **direcţia anticipată**. Este multidirecţional şi îmi lărgeşte viziunea exterioară asupra universului. Pot să văd totul în jurul meu şi, datorită flexibilităţii gâtului meu pot vedea o situaţie din toate unghiurile (din faţă, din spate). Punctul meu de vedere devine astfel mai obiectiv. Un **gât** sănătos mă ajută să iau deciziile cele mai bune. Tot ceea ce dă viaţă trece prin **gât:** aerul, apa, alimentele, circulaţia sanguină şi nervoasă. Gâtul uneşte capul cu trunchiul şi permite libera exprimare de sine, vorbirea (vocea) şi **iubirea. Gâtul** separă de fapt planul abstract de cel concret, planul material de cel spiritual. Este important să am un gât sănătos, deoarece cu ajutorul lui pot vedea lucrurile din jurul meu cu deschidere, lăsând la o parte orice formă de încăpăţânare şi de închidere a spiritului **(gâtul rigid).** Altfel spus, dacă mă oblig să văd doar într-o singură direcţie, dacă vreau să "rămân ferm pe poziţie", dacă mă încăpăţânez şi vreau să îmi păstrez cu orice preţ viziunea asupra lucrurilor, **gâtul** meu va reacţiona şi poate nu voi ajunge la soluţia corectă. Faptul de a ţine piept cuiva, de a "brava" în faţa celorlalţi pune o presiune inutilă asupra gâtului meu. Nu este nevoie să lupt în situaţii în care eu nu sunt implicat.

Conştientizez faptul că am tendinţa de a ţine piept celorlalţi. Deoarece esofagul, faringele şi laringele se situează în gât, dacă am o dificultate în a-mi înghiţi emoţiile, dacă le "reînghit" acest lucru poate crea o tensiune la nivelul gâtului, unde se află centru de energie al comunicării. **Gâtul** corespunde concepţiei, reprezintă, de asemenea, sentimentul meu de apartenenţă, dreptul meu de a fi pe acest pământ şi îmi conferă un sentimente de siguranţă şi de plenitudine.

471. GÂT — TORTICOLIS *Vezi şi: COLOANĂ VERTEBRALĂ — PARTEA DE SUS A SPATELUI, CEAFĂ [... ÎNŢEPENIT]*

Atunci când am un **torticolis** există o contracţie a muşchilor gâtului care provoacă o durere mai mult sau mai puţin ascuţită şi care limitează mişcările de rotaţie ale **gâtului.**

Un **torticolis** arată, printre altele, faptul că trăiesc o stare de nesiguranţă. **Îmi este greu să văd toate părţile în situaţiile pe care le trăiesc.** Muşchii gâtului se contractă, **gâtul** devine ţeapăn şi nu mai pot să întorc capul. Inflexibilitatea mea mă împiedică să apreciez ajutorul pe care vor să mi-l ofere ceilalți și care m-ar ajuta să schimb lucrurile pe care le consider complicate. Prefer să țin capul drept și să asociez durerea cu o răceală. Am nevoie să **conștientizez** faptul că această răceală a atins mai degrabă **inima♥** mea și a provocat astfel un blocaj de energie. Este posibil, de asemenea, să încerc să **fug** de o situație inconfortabilă care îmi cere să mă afirm și să mă poziționez. Este posibil să mă simt neputincios și să mă acomodez, să trăiesc cu acest lucru. Vreau să merg înainte, dar, în același timp, mă retrag atunci când văd înaintea mea un obstacol care mă sperie. Astfel, am o stare de contradicție interioară. Mă sprijin mai mult pe ceilalți decât pe mine însumi, ceea ce mă determină să am o atitudine rigidă și încăpățânată. Este important să mă opresc pentru a vedea în ce direcție refuz să privesc sau care este lucrul pe care mă încăpățânez sau mă opun să îl văd, să îl fac sau spun și care "mă aranjează foarte bine." Oare mă deturnez de la țelurile mele și de la valorile mele personale? Îmi este teamă să văd adevărul în față, să îmi asum responsabilitatea. Mă găsesc într-o situație în care mi se pare imposibil să fac o alegere. Tortura morală este indescriptibilă. Este posibil să existe o persoană, un lucru sau o situație pe care aș vrea și nu aș vrea să o văd, în același timp, din cauza timidității mele, a rușinii și a simțului moral care este prea puternic? Dacă amorțeala mă împiedică să întorc capul **în partea dreaptă**, pot să mă întreb cui sau în ce situație refuz să spun nu. Dacă, din contră **am o dificultate în a spune da**, poate este vorba despre faptul că refuz să adopt idei noi.

Corpul meu îmi spune **să accept↓♥** să văd și să apreciez momentul prezent și să recunosc toate lucrurile noi care fac parte din viața mea. **Accept↓♥** să mă deschid față de o nouă modalitate de a vedea lucrurile sau față de idei noi. Viața mea se va îmbunătăți și **torticolisul** meu va dispărea.

472. GÂT (în interior) (în general) *Vezi și: GLANDA TIROIDĂ [în general]*

Gâtul conține în interior corzile vocale (laringele) și faringele. Mă ajută să exprim cine sunt și să comunic cu cei din jurul meu. **Gâtul** este în legătură cu centrul de energie al laringelui, denumit și chakra gâtului (cea de a cincea chakra), centru al creativității, al adevărului și al afirmării. Este, de asemenea, în strânsă legătură cu centrul de energie sacru, a doua chakra, centrul energiei sexuale, sexualitatea fiind un mod de comunicare cu alte persoane. Acest centru de energie este important pentru afirmarea de sine. Există expresia: "gândul creează, verbul manifestă". Gândurile mele se materializează prin vorbe, în lumea fizică. Dacă gândurile negative pot avea repercusiuni asupra sănătății mele, vorbele negative pot avea o și mai mare influență. Același lucru este valabil și pentru gândurile și vorbele pozitive.

Accept↓♥ să vorbesc mai mult într-un mod pozitiv, respectând astfel templul meu de carne, care adăpostește partea mea divină. Cu cât voi experimenta mai mult adevărul prin această cale de comunicare, cu atât mai mult voi comunica mai armonios cu cei din jurul meu.

473. GÂT (durere de ...) *Vezi și: AMIGDALE, INFLAMAȚIA MUCOASELOR*

Cu ajutorul **gâtului** îmi înghit experiențele emoționale și realitatea. Prin gât pot respira, pot bea și mă pot hrăni. Gâtul reprezintă puterea și forța mea interioară, de care depinde capacitatea mea de a mă exprima. Tot prin gât îmi eliberez sentimentele, de la **inimă♥**, până la voce. Este puntea cu sens dublu, dintre cap și corp, dintre spirit și fizic. Dacă **mă doare gâtul**, este posibil să mă culpabilizez pentru că am spus anumite cuvinte sau m-am gândit că a trebuit să exprim ceva. Este ca și cum, prin durere, m-aș pedepsi. Furia mea vrea atât de mult să se exprime, încât îmi este frică de reacția celorlalți, astfel încât, îmi voi înghiții emoțiile, care îmi aprind **gâtul**. Poate a sosit momentul să spun ceea ce trăiesc, pentru a mă elibera. Gâtul se poate **inflama** dacă îmi refulez furia și această emoție **urcă până la gât**. Dacă nu spun ceea ce vreau să spun sau există un conflict în exprimarea mea, **gâtul** va dezvălui acest conflict refulat. **Gâtul**, fiind expresia afirmării de sine, dacă am o dificultate să mă afirm, să îmi apăr punctul de vedere, pot să vreau să compensez acest lucru, devenind autoritar față de mine însumi și față de ceilalți, ceea ce îmi limitează energia pe acest plan. Prefer să ascund anumite lucruri, în loc să îmi asum riscul de a fi ridiculizat. Sunt foarte atașat de oamenii din jurul meu și mă las afectat de cuvintele lor sau de gesturile lor. **Infecția cu bacilul streptococic** este una dintre formele de infecție cele mai frecvente. Această infecție implică o iritare și reținerea energiei. Dacă am dificultăți la nivelul **gâtului,** care reprezintă de asemenea, conceperea și acceptarea↓♥ vieții, este posibil să trăiesc un conflict puternic legat de acceptarea↓♥ existenței mele. Îmi caut forța interioară, dar o neg în același timp. Dacă am o **dificultate de înghițire (disfagie)**, mă pot întreba ce persoană sau ce situație mi-a fost greu să "înghit" sau ce realitate mă simt obligat "să înghit", chiar dacă nu îmi convine (de exemplu, poate fi vorba de ceva ce contravine principiilor mele). Sau vreau să provoc ceva sau pe cineva și acest lucru nu se întâmplă deloc! Pot încerca să mă deconectez de realitatea fizică și vreau să fug de obligația de a afirma cine sunt sau care îmi sunt nevoile și astfel, să nu aduc schimbările necesare în viața mea. În cazul în care mâncarea "o ia pe alt drum" (când **înghit pe lângă)** deoarece epiglota nu s-a închis cum trebuia, mă întreb în ce aspect al vieții mele am impresia că am "greșit drumul" și ar trebui să regăsesc direcția corectă și să țin cont de prioritățile mele. Vreau să bruschez lucrurile, să "controlez situația", deoarece mă simt în pericol. Dacă înghit totul, absorb ideile celorlalți, îmi este greu să am propriile mele opinii. Am tendința să fiu pasiv, aștept ca ceilalți să facă ceva în locul meu. Dacă am **mucozități în gât**, acest lucru indică faptul că am acumulat prea multe vorbe și emoții negative, care cer să fie exprimate.

Chakra gâtului și chakra sexuală sunt legate foarte strâns. Mai precis, hipofiza stimulează tiroida, care trasminte mesajele organelor sexuale. Ambele chakre sunt legate de creativitate: chakra gâtului are legătură cu creativitatea gândurilor, iar chakra sexuală se referă la creativitatea materială. Ambele sunt legate de comunicare: prin voce, îmi comunic gândurile, iar prin sexualitate, îmi comunic pe plan fizic sentimentele. Dacă am probleme la **gât**, este bine să îmi pun câteva întrebări cu privire la ceea ce am de exprimat despre mine însumi și să verific dacă trăiesc o frustrare legat de sexualitatea mea.

Accept↓♥ faptul că fericirea și linertatea vin din **capacitatea mea de a mă exprima în Adevăr** și de a mă apropia astfel tot mai mult de esența mea divină. Toate emoțiile pe care le trăiesc sunt pozitive și au rolul de a mă învăța ceva despre mine. Trebuie să le eliberez pentru a înlătura toate tensiunile care s-ar putea acumula.

474. GÂT — FARINGE *Vezi și: POLIPI*

Faringele, care corespunde **gâtului**, este un tub care pornește de la capătul gurii, până la intrarea în esofag. Dacă **faringele** meu este afectat, regret o alegere pe care am făcut-o. Îmi dau seama că am pornit într-o direcție greșită sau pe o cale greșită. Există o trecere de la o situație la alta, care este pe care să se producă (de exemplu, adolescența, schimbarea locului de muncă, o separare etc.) pe care nu am acceptat-o sau care nu a avut loc la momentul potrivit. Regret situația, dar nu mai pot schimba lucrurile. Îmi port pică și mi se pare o situație greu de "înghițit". Sunt dezamăgit, îmi otrăvesc singur existența prin faptul că vreau să repar trecutul. Sau, poate fi vorba despre faptul că îmi lipsește ceva indispensabil (o informație, de exemplu) pentru a realiza un proiect. Și, dacă îmi este imposibil să o găsesc, pentru a îndeplini la timp acea sarcină, aș putea dezvolta un **cancer**. Acest lucru mă va face să mă depreciez și să mă culpabilizez.

Accept ↓♥ să îmi restabilesc prioritățile: ce este cu adevărat necesar pentru fericirea mea și ce este pe plan secundar și superficial? Accept↓♥ că toate alegerile pe care le-am făcut până astăzi sunt bune și m-au ajutat să învăț lecțiile de viață de care aveam nevoie. Sunt tot timpul îndrumat și îmi ascult vocea interioară, care îmi arată calea cea bună.

475. GÂT — FARINGITĂ *Vezi și: ANGINĂ, ANEXA III, RĂCEALĂ*

Faringita este mai cunoscută sub denumirea de **"durere în gât"**. Emoțiile, sentimentele sau energiile, care, toate îmi blochează **gâtul** și intră prin nas sau pe gură sau vin din adâncurile ființei mele, se blochează la nivelul **gâtului.** De multe ori este vorba despre emoții și sentimente pe care le **înghit** și pe care îmi este greu să le accept↓♥ și au legătură cu un membru al familiei. Poate fi vorba despre o situație în care vreau ceva, ceva inaccesibil, imposibil de atins, ceva ce nu pot prinde și de care am totuși nevoie, pentru a trăi. Miros (prin nas) că ceva nu este în ordine, simt că nu absorb (prin gură) energiile care apar. De multe ori sunt aceleași emoții care se amplifică, după o răceală. Aceste emoții mă afectează mai profund, în interiorul meu, decât o simplă răceală. Observ care este relația mea cu ceilalți și până în ce punct pot fi dependent de ei. Sunt foarte influențabil. Aș vrea să țip cine sunt, dar anxietatea mea și incertitudinile mele mă împiedică să fac acest lucru. Am impresia puternică de a trăi în plan secundar, în spate și că nu am primul loc. Trebuie să îmi analizez aceste sentimente care se agață și se blochează la nivelul gâtului, pentru a le putea accepta↓♥ și pentru a le lăsa să plece.

Accept ↓♥ să mă exprim și îmi recapăt puterea asupra vieții mele, deoarece afirm cine sunt și care sunt nevoile mele. Astfel, îmi regăsesc autonomia. Accept↓♥ să dau aceeași libertate celorlalți și furia va dispărea și va face loc unei mai mari înțelegeri și liniștii, în viața mea.

476. GÂT — LARINGE *Vezi și: AFONIE, CANCER LA LARINGE, RĂGUȘEALĂ*

Laringele este partea căilor aeriene superioare, situată între trahee și faringe. Simbolizează afirmarea mea verbal, prin cuvinte și voința de a exprima cu autoritate ceea ce trăiesc sau ceea ce gândesc. O afecțiune a **laringelui** apare, de obicei, în urma unui eveniment în care "mi s-a tăiat răsuflarea" sau am rămas "stupefiat, blocat", mi-a fost atât de frică, încât nu am putut scoate niciun sunet. Am fost luat prin surprindere și mi se întâmplă des să mă simt în pericol atât de tare, încât am impresia că viața mea este în pericol. Poate fi vorba și despre ceva în legătură cu teritoriul meu. De exemplu, o situație în care aș fi vrut să țip după ajutor, dar nu am putut. Este important să identific evenimentul care s-a petrecut probabil, chiar înainte ca **laringele** meu să fie afectat de boală. Astfel voi putea înlătura traumatismul care a rămas "agățat" de **laringele** meu, pentru ca acesta să se vindece. Pentru că laringele este organul esențial al fonației, adică al producerii de sunete, trebuie să mă întreb care sunt emoțiile, stările sufletești, pe care le trăiesc și pe care vreau să le exprim prin voce, dar pe care le reprim și le păstrez în mine. Poate sunt nevoit să îmi schimb prioritățile, perspectivele asupra vieții și îmi este frică de reacțiile celorlalți.

Deoarece vocea mea este unică, observ cum **mă accept↓♥** în ceea ce sunt: mă simt în largul meu când îmi exprim opinia sau trebuie să aștept părerea celorlalți, înainte de a mă exprima? Vorbesc doar despre mine? Am tendința să vorbesc despre ceilalți, în locul lor? Îmi las să vorbească vocea mea interioară? Am tendința de a vorbi la condițional sau sunt afirmativ în felul meu de a comunica? Vreau să îmi transmit mesajul, dar nu reușesc. Oare îmi interzic sau mi s-a interzis să spun ceva sau chiar să țip? Există lucruri pe care îmi este greu să le **"înghit"**? Începând de acum, **accept↓♥** să îmi las **inima♥** să vorbească și să exprime cu simplitate emoțiile și opiniile mele. Vocea mea va deveni tot mai puternică, solidă și va reflecta foarte bine siguranța și încrederea mea în mine.

477. GÂT — LARINGITĂ *Vezi și: ANEXA III, RĂGUȘEALĂ, INFLAMAȚIE*

Laringita este o inflamație a laringelui, însoțită de tuse și de răgușeală. La copiii mai mici de cinci ani, vorbim mai degrabă despre o falsă răgușeală. Această infecție este provocată de dificultatea de a mă exprima, din teama de ridicol, de obicei, față de autoritate. Nu îmi pot exprima propriile opinii, nu pot afirma ceea ce am pe suflet. Mă supun autorității. Poate avea legătură, de asemenea, cu faptul că simt respingere din partea celorlalți și nu sunt înțeles de aceștia și vreau să mă afirm. Faptul de a-mi pierde vocea poate fi de asemenea o modalitate de a evada dintr-o situație în care ar fi trebuit să mă exprim. **Îmi refulez revolta, mă simt**

sufocat, există un prea-plin de emoţii, rămase în mine. Poate fi ca urmare a unui anunţ, a unei veşti importante care m-a surprins şi m-a lăsat "cu gura căscată". Atunci când tac, în loc să mă exprim, de frică, de ruşine sau din cauz culpabilităţii, aceste sentimente pe care le ascund prin tăcere, produc un blocaj de energie, care se manifestă prin **laringită**. Mai târziu, când emoţiile încearcă să se exprime, poate apărea o rezistenţă puternică. Laringele se inflamează şi apare un nivel mare de energie emoţională legat de voce şi de exprimarea de sine. Creativitatea mea încearcă să se afirme, vrea să fie liberă să vorbească şi să "vocalizeze" emoţiile. Cred că nu mai sunt în siguranţă, dacă mă abţin să vorbesc. Totuşi, îmi dau repede seama că frustrarea este mare, deoarece nu îmi pot face auzită opinia, nu mă pot afirma şi nu îmi pot exercita atutoritatea în situaţii în care este necesar acest lucru. Aş putea să mă înfurii tare, deoarece m-am săturat, dar apoi să regret. Culpabilitatea fiind mare, atrag astfel o **laringită**, astfel, am acum "un motiv întemeiat" pentru a nu mai vorbi.

Trebuie să învăţ să spun ceea ce am de spus, să îmi exprim sentimentele şi astfel energia va circula liber. Dacă, am o personalitate care se exprimă mai greu prin vorbe, aş putea să mă exprim prin scris. Deoarece laringele este legat de centrul de energie al gâtului, comunicarea, îmi pot comunica sentimentele scriindu-le, chiar dacă păstrez ceea ce am scris doar pentru mine. Astfel voi avea o mai bună comunicare cu mine însumi şi voi putea clarifica ceea ce am de exprimat.

478. GÂT - NOD ÎN GÂT

Am un **nod în gât** atunci când trăiesc o anxietate. Mă simt "strâns de gât". Sau este posbil să nu am încredere în mine şi să mă îndoiesc de capacităţile mele, mai ales în faţa cuiva care m-a intimidat şi care reprezintă o formă de autoritate. Am impresia că "nu mai am aer". Prefer să sufăr în loc să îmi asum alegerile. Sunt paralizat de angoasă şi viaţa socială mă sperie. Îmi este greu să mă poziţionez şi îmi pun analizez credinţele. Pot să mă simt vulnerabil, atunci când de fapt, să am încredere în viaţă.

Accept↓♥ să mă exprim liber şi să îmi depăşesc fricile. Îmi regăsesc pacea interioară, deoarece sunt îndrumat tot timpul. Sunt stăpânul vieţii mele!

479. GÂT (senzaţia de a avea ceva în...)

Senzaţia de a avea ceva în **gât** indică faptul că deşi doresc să exprim ceva, reţin acel lucru în mine. Oare îmi este teamă că ceilalţi vor râde de mine, că voi fi criticat, că voi fi respins, că nu voi fi înţeles ? Există ceva care mă încurcă, mă înţeapă în gât... Poate fi vorba despre ceva legat de "sensibilitatea mea", conştient sau nu.

Accept↓♥ să am încredere în mine şi să spun lucrurile aşa cum sunt, fiind sincer cu mine însumi, astfel voi dobândi respectul celorlalţi şi mă voi respecta şi pe mine.

480. GAZE (dureri provocate de ...) SAU FLATULENŢĂ SAU METEORISM *Vezi şi: BALONARE, UMFLAREA / [EN GENERAL] / [... A ABDOMENULUI]*

Flatulenţa (denumită şi **meteorism)** este o producere de gaze intestinale însoţită de balonare. Emisia de gaze se poate face pe gură sau pe anus. **Gazele** sunt acumulate în tubul digestiv. Când mă agăţ de cineva sau vreau să reţin o persoană sau o situaţie, este ca şi cum aş păstra ceva ce nu vreau şi care îmi face rău, care se manifestă sub formă de **gaze**. Îmi este frică şi mă agăţ, deoarece sunt anxios şi am impresia că voi pierde ceva sau pe cineva important, atât pe plan afectiv, intelectual, material cât şi spiritual. Este posibil, de asemenea, să rumeg aceleaşi sentimente, aceleaşi nelinişti, care fermentează în interiorul meu pentru a ieşi atunci când mă aştept mai puţin şi acest lucru se face "simţit"... Sau pot să mă forţez să "înghit" (în sens figurat) o situaţie, o persoană sau o emoţie, care este împotriva principiilor mele şi a **conştiinţei** mele. Drept urmare: mă umflu. Vreau să rezolv problemele tuturor şi acest lucru devine greu de purtat. Sau poate există "paraziţi" în viaţa mea, care sunt dăunători pentru evoluţia mea ? Există un război care îmi perturbă pacea interioară. Dacă gazele sunt urât mirositoare, înseamnă că există lucruri în viaţa mea care "nu miros bine", pe care trebuie să le elimin pentru a-mi regăsi libertatea şi spaţiul.

Accept↓♥ să îmi acord permisiunea de a simţi ceea ce se întâmplă în mine şi să mă relaxez. Învăţ să am încredere şi să mă las purtat de viaţă, ştiind că voi avea întotdeauna ceea ce am nevoie.

481. GEAMĂN *Vezi: NAŞTERE [FELUL ÎN CARE A DECURS NAŞTEREA MEA...]*

482. GELINEAU (sindromul lui...) *Vezi: NARCOLEPSIE*

483. GELOZIE

Definiţia din dicţionar afirmă că **gelozia** este "un sentiment de ciudă, amestecată cu invidie", legat de faptul că altcineva obţine sau posedă ceva ce aş fi vrut eu să obţin sau să am. Este rezultatul unei nesiguranţe interioare, a unui respect de sine scăzut şi a unei lipse de încredere în mine, care mă face să mă îndoiesc de capacitatea mea de a crea lucrurile din viaţa mea sau să îmi fie frică că voi pierde ceea ce am (mai ales partenerul meu). Ajung să trăiesc agresivitate şi frustrare. Neîncrederea mea în ceilalţi este exagerată, ideile mele sunt prost gestionate şi credinţele mele sunt, de multe ori greşite. Sunt foarte sensibil la criticile şi comentariile care sunt rezultatul **geloziei** celorlalţi faţă de mine. **Conştientizez** faptul că fricile mele mă determină să exercit un control asupra unei persoane sau a unei situaţii. De fapt, sunt angoasele mele care îmi controlează viaţa.

Accept↓♥ să am încredere în viaţă, mă detaşez de vechile mele credinţe şi îmi acord mijloacele pentru a vindeca aceste răni interioare, prin psihoterapie individuală sau de grup saa printr-un demers energetic, care mă va ajuta să mă conectez mai mult cu propria mea putere interioară. Îmi dau seama că această **gelozie** mă otrăveşte şi otrăveşte şi viaţa altora. Mă voi simţi mai liber, mai încrezător și voi putea transpune această libertate și această încredere spre ceilalți, pentru a trăi în armonie cu mine însumi și cu cei din jurul meu.

484. GENITALE (organe...) (în general)

Organele genitale diferențiază bărbații de femei. Au legătură cu **principiul masculin** și cu **principiul feminin** care există în fiecare dintre noi (Vezi: referirile la FEMININ principiul și MASCULIN, principiu). De asemenea, sunt legate de sediul energiei sexuale, de gonade și de chakra de bază[38]. Acest centru este legat de plăcerile vieții și de creativitate. Dacă am dificultăți în ceea ce privește sexualitatea mea, de obicei, organele genitale vor fi afectate.

485. GENITALE (afecțiuni ale organelor...) *Vezi și: FRIGIDITATE, IMPOTENȚĂ, VENERICE [BOLI...]*

Problemele legate de **organele genitale** indică o **frică**, o **culpabilitate**, rușine, neîncredere, regret, **furie,** în legătură cu sexualitatea mea, care se pot transforma în **boli venerice, frigiditate, impotență** etc. Această zonă este legată de gonade (testiculele, la bărbați și ovarele, la femei) și energia sexuală este foarte puternică, deoarece are ca scop perpetuarea speciei. Este posibil să folosesc această energie într-un mod greșit. Noțiunea de plăcere legată de sexualitate mă pune în contact cu una dintre nevoile mele fundamentale, **plăcerea** și mă conectează cu **copilul meu interior rănit.** Astfel, sexualitatea mea mă poate face să scot în evidență aceste frici, aceste răni, aceste respingeri, care fac parte din mine. Pot să nu mă accept↓♥ în corpul meu (sexul meu), pot trăi un conflict interior între dorințele mele fizice și cele de ordin religios sau spiritual. Dacă îmi este teamă să spun nu și am relații sexuale pentru a evita să fiu respins sau să pierd **iubirea** cuiva, doar în scopuri egoiste etc., toate aceste situații mă pot determina să am dificultăți la acest nivel. Există o confuzie sau un conflict interior, o dificultate în comunicare. Nu mă simt tot timpul respectat și îmi este greu să am încredere în oameni. În plus, dacă părinții mei și-au dorit o fată și eu sunt băiat sau invers, sau dacă chiar eu aș fi vrut să fiu de sex opus, acest lucru poate determina să am probleme la organele genitale, deoarece resping o parte din sexualitatea mea și este posibil să mă simt vinovat pentru că sunt așa cum sunt.

Orice noțiune de rău referitoare la sexualitate și la plăcere, vehiculată de societate, de educația morală și religioasă, poate declanșa o culpabilitate foarte mare. Am impresia că nu sunt destul de bun. Îmi este greu să îmi integrez masculinitatea sau feminitatea în fiecare aspect al vieții mele.

Accept↓♥ să înlătur toată această culpabilitate pentru ca sexualitatea mea să devină expresia calităților mele și a atenției pe care o acord celorlalți. Este important ca **iubirea** să fie prezentă în experiențele mele sexuale și de fiecare dată când mă privesc în oglindă, pentru a mă accepta↓♥ din ce în ce mai mult așa cum sunt.

---

[38] **Chakra de bază:** legată de centrul de energie de la nivelul coccisului

486. GENUNCHI (în general) *Vezi și: PICIOARE*

Genunchii sunt articulațiile pe care îngenunchiez, mă supun ierarhiei normale sau celei de deasupra mea și mișcării și direcției. Când **merg**, genunchii antrenează întreg corpul în mișcare. **Genunchii reflectă gradul meu de flexibilitate** și au rolul de a amortiza șocul atunci când presiunea este prea mare. Reprezintă gradul meu de perseverență și de indecizie. Sunt afectați dacă mă devalorizez cu privire la fizicul meu sau la performanțele mele sportive. Dacă am o dificultate în a plia **genunchii**, acest lucru indică o anumită rigiditate. Aceasta poate proveni din egoul meu care este foarte puternic și orgolios. Îmi este teamă că îmi voi pierde libertatea. Un **genunchi** care se pliază ușor este un semn de modestie și de flexibilitate. Acest lucru indică faptul că îmi este ușor să îmi ascult vocea interioară. **Genunchii** sunt necesari pentru a-mi menține poziția socială și statutul. **Genunchii** sănătoși indică faptul că sunt deschis față de ceilalți și față de schimbări.

487. GENUNCHI (afecțiuni ale...)

Problemele legate de **oase** sau de **țesuturile moi** sunt legate de un conflict interior puternic și implică abandonul egoului și orgoliului meu, la un nivel mai profund. O afecțiune la **genunchi** indică dificultatea mea de a alege între individualitatea mea (EU) și cea a unui grup (NOI). Poate fi vorba despre relațiile mele, în cuplu, în familie, între prieteni, într-o organizație religioasă, socială sau politică sau între cele două principii ale mele (masculin și feminin). Când este afectat **meniscul**, trăiesc o dualitate interioară care mă face nervos și tensionat. Mă simt prins între două direcții. Mă agăț atât de mult de ceva, de cineva sau de ceea ce pot crede ceilalți despre mine, încât acest lucru mă împiedică să avansez. **Dislocarea unui genunchi** indică faptul că mă simt dezechilibrat față de o persoană sau o situație, iar **genunchiul** meu nu mai poate susține greutatea corpului meu. Un genunchi care "joacă", cedează, indică cât de influențabil sunt și că am puțină încredere și convingere. Oricare ar fi afecțiunea **genunchilor,** trebuie să mă întreb față de cine sau față de ce am impresia că am **abdicat**? Poate fi în fața unei autorități exterioare sau pur și simplu, în fața vieții, deoarece am impresia că port o greutate foarte mare. Mă simt doborât sub greutatea responsabilităților și **genunchii** mei vor să **flexeze**, în ciuda mea. Trebuie să îmi **asum** cuvintele și gesturile, dar acest lucru necesită uneori un efort. Poate trăiesc un eșec legat de un vis pe care îl am sau față de o ambiție și această situație mă face să îndoi genunchii, în semn de abdicare. Dacă genunchii pocnesc, este posibil să am impresia că "pocnesc" și eu sau să-mi fie teamă că mă voi rupe sub greutatea responsabilităților, a presiunii, a eforturilor etc. Deoarece sunt foarte perfecționist, consider acest lucru ca pe un eșec, sau cel puțin sun dezămăgit de mine, de performanța mea...

În cazul în care apare **bursita**[39] care afectează mai ales călugării sau oamenii pentru care religia ocupă un loc important, este nevoie să mă întreb ce conflict trăiesc în legătură cu spiritualitatea mea şi care sunt implicaţiile acestuia în viaţa mea. Durerea pe care o simt de fiecare dată cînd îngenunchiez (pentru a mă ruga, de exemplu) îmi aminteşte conflictul interior şi nevoia mea de a decide pentru mine însumi ce vreau în viaţa mea şi de a face schimbările necesare. O astfel de situaţie poate duce chiar şi la o criză spirituală. Emoţiile pe care le-am refulat cer să fie exprimate. Trebuie să mă poziţionez faţă de un aspect din munca mea (de acasă sau de la servicu) care nu îmi place şi care mă deranjează şi să văd părţile bune ale acestuia. Îmi **este teamă că voi trăda pe cineva dacă mă pun pe mine pe primul loc, dacă am grijă de mine.**

---

[39] Inflamație a bursei seroase BURSITA

Dacă vreau să înlătur afecţiunile de la **genunchi**, trebuie să accept↓♥ să fiu mai deschis faţă de cei din jurul meu şi să accept↓♥ să îmi schimb felul de a fi în anumite aspecte. Am de învăţat să merg în sensul curentului, să renunţ la vechile mele idei.

Accept↓♥ să **îngenunchiez** în faţa cuiva sau a unei situaţii sau poate pur şi simplu, în faţa vieţii în general pentru a primi ajutor şi a fi deschis faţă de o nouă realitate pe care nu o puteam vedea înainte, deoarece eram prizonier în propriul meu univers. Am întreg potenţialul necesar pentru a **accepta↓♥** noi responsabilităţi. Dacă trăiesc frustrare şi culpabilitate deoarece îmi dau seama că vreau să am dreptate tot timpul şi că dorinţa mea de a avea o mai mare putere pe plan social este nesătulă, mă opresc şi mă întreb care sunt adevăratele mele valori, înainte de a reveni la esenţial şi a-mi asculta din nou **inima♥**, în loc să las raţiunea să decidă totul. Astfel îmi acord permisiunea de a renaşte creativitatea din mine şi îmi recapăt intuiţia, care ştie ce este bun pentru mine. De acum înainte sunt protejat de autoritatea mea interioară. Acum am capacitatea de a mă mişca liber în orice situaţie !

488. GENUNCHI — MENISC

Meniscurile sunt formate din fibre şi cartilagii, unul fiind la interiorul genunchiului, celălalt la exterior. Asigură ajustarea corectă a oaselor, a căror suprafaţa articulară nu se poate adapta, sunt deci un suport. Dacă apare o **ruptură de menisc**, înseamnă că mă opun unei adaptări, sunt rigid şi nu vreau să mă supun situaţiilor, celorlalţi, autorităţii etc. O **uzură permanentă** poate apărea, de asemenea. **Genunchiul** este legat de mişcările vieţii, atunci când cedează **meniscul** înseamnă că prefer să rup ceva, în loc să mă adaptez. O afecţiune a meniscului indică faptul că depind de ceilalţi în unele situaţii, în loc să am încredere în mine. Mă pliez exigenţelor celorlalţi. Sunt tensionat şi cea mai mică tensiune neprevăzută îmi afectează meniscurile. Am obiceiul de a fi conciliator, de a aranja lucrurile pentru ca să domnească armonia sau pentru ca disputele să se rezolve pe cale amiabilă. Dacă consider că am eşuat în acest rol de mediator, meniscurile vor reacţiona. Las la o parte rigiditatea şi încerc să înţeleg de ce mă încăpăţânez atât de mult.

Accept↓♥ să mă adaptez şi să îmi schimb felul de a fi în anumite aspecte din viaţa mea. Devin tot mai flexibil în loc să forţez evenimentele sau persoanele. **Conştientizez** care este potenţialul meu, am tot mai multă încredere în viaţa care

îmi oferă tot ceea ce am nevoie. Îmi pot îndeplini toate aspiraţiile ascultând de singura autoritate care există, vocea mea interioară.

489. GILLES DE LA TOURETTE (sindromul lui...) *Vezi şi: CREIER — TICURI, COMPULSIE NERVOASĂ, OBSESIE*

Sindromul Gilles de la Tourette[40] mai este cunoscut sub numele de **boala ticurilor.** Este o boală destul de rară, de obicei ereditară, care debutează în copilărie (între 2 şi 10 ani) şi a cărei cauză ştiinţifică este necunoscută. Se caracterizează prin ticuri numeroase (printre care şi ticuri sonore), simptome compulsiv-obsesionale şi tulburări de atenţie şi hiperactivitate. Există şi o emisie de cuvinte urâte şi repetarea fragmentelor de cuvinte sau de fraze. Istoricul meu familial şi bagajul genetic mă urmăreşte în viaţă. Când port cu mine un bagaj de îndoieli, de perfecţionism şi de educaţie rigidă, memoria mea celulară este codificată după acest model. Sunt iritat, nervos, **agasat** şi nu ştiu de unde provin aceste stări. Îmi caut locul. Simt pericolul de peste tot, simt că mă aflu pe o cale fără ieşire şi nimeni nu poate veni în ajutorul meu. Sunt într-un **impas.** Mi-am pierdut de multe ori cuvintele, mi s-a spus să "închid gura". Corpul meu reacţionează exprimând, inconştient, frustrările mele interioare. Tot ceea ce aş fi vrut să exprim prin gesturile mele sau prin vorbele mele şi nu am putut, se extriorizează astfel. Dorinţele mele refulate se exprimă. Mă percep într-un mod negativ, îmi reprim forţele şi talentul. Îmi este frică să fiu eu însumi, să îmi exprim emoţiile profunde. Senzaţia de a fi impur, diabolic, provine de la imaginea pe care mi-o transmit ceilalţi, mai ales părinţii mei. Pentru ei sunt o oglindă şi trebuie să conştientizeze şi ei faptul că eu sunt diferit, că am propria mea personalitate. Ei îşi au propriile frustrări şi angoase.

Accept↓♥ să fac legătura cu bagajul din trecutul meu, să fac curăţenie şi să uit modelele familiale pentru a-mi regăsi propria identitate. Îmi exprim spontaneitatea şi emoţiile. Îmi recunosc puterea şi forţele mele interioare. Acest lucru îmi conferă un sentiment de siguranţă şi de libertate.

490. GINGII (DURERI DE...) *Vezi şi: ABCES, GURĂ [ÎN GENERAL...], DINŢI [ÎN GENERAL...]*

Gingiile folosesc ca suport dinţilor, stabilităţii acestora şi starea dinţilor depinde în mare parte de cea a **gingiilor. Gingiile superioare** au legătură cu energia masculină, cu tatăl, în timp ce **gingiile inferioare** sunt legat de energia feminină, de mama.

Durerile de gingii indică faptul că mă simt prins faţă de o persoană sau o situaţie, deoarece mă încăpăţânez să rămân în trecut. În loc să merg mai departe, am tendinţa de a da înapoi. Indecizia este un lucru foarte prezent în viaţa mea. Am îndoieli, mă întreb dacă aş putea suporta deciziile mele şi consecinţele acestora în viaţa mea. **O durere de gingie** poate fi legată de o decizie pe care ar fi trebuit să o iau cu mult timp în urmă şi pe care o amân, deoarece mă tem de consecinţe sau o decizie pe care am luat-o deja, dar pe care nu o pun în practică. Sunt într-o stare pasivă de frică, de nesiguranţă, de incertitudine faţă de viitorul meu. Cuvintele pe care le spun nu au nicio greutate. De multe ori sunt furios pe mine însumi. Mă simt închis în mine şi îmi este greu să îmi fixez zonele de toleranţă, limitele. Este ca un vulcan mic care erupe şi care lasă să ţâşnească emoţiile negative, îndelung reprimate. Pot să am o durere interioară puternică, în raport cu hrana afectivă de care am nevoie şi am impresia că îmi lipseşte. Dacă există o ruptură afectivă, mai ales în relaţie cu mama sau cu copiii mei şi acumulez suferinţă, dezamăgire şi mă simt vinovat de ceea ce se întâmplă, va apărea un **abces.** Vreau cu orice preţ să scap de suferinţa mea interioară pentru a mă elibera pentru totdeauna. Dacă în plus, **gingiile sângerează**, îmi pierd bucuria cu privire la deciziile în faţa cărora mă simt deşirat, tulburat. **Gingiile** sensibilie, care unori ajung să se umfle, sunt un semn pentru sensibilitatea mea emoţională puternică şi vulnerabilitatea mea, deoarece am nevoie de multă **iubire** şi am impresia că nu primesc sau îmi este teamă că o voi pierde. Mă simt vulnerabil în faţa limitelor pe care mi le-am impus şi faţă de capacitatea mea de a discerne ce este bun pentru mine şi ce nu este. Mă simt fără resurse şi lăsat să mă descurc singur. Dacă îmi port pică pentru anumite cuvinte spuse sau gesturi pe care le-am făcut, **gingiile** mele vor avea de suferit.

---

[40] **De la Tourette** (Gilles): neurolog (1857-1904) la spitalul Salpètrière din Paris, care a descis simptomele acestei boli, în anul 1885, în cazul marchizei de Dampierre şi în alte cazuri care prezentau aceleaşi simptome clinice

Accept ↓♥ să mă afirm şi să am mai multă încredere în mine deoarece **gingiile** suportă dinţii, iar aceştia sunt în legătură cu deciziile. Învăţ să am încredere în deciziile pe care le iau şi astfel am încredere în viaţa care îmi aduce toate lucrurile de care am nevoie. Devin mai mult eu însumi şi învăţ să mă affirm liber. Îmi conştientizez actele. Privesc realitatea drept în faţă, las în urmă trecutul şi am încredere în viitor.

491. GINGII — GINGIVITĂ ACUTĂ

O infecţie a **gingiilor** indică faptul că trăiesc o frică, care poate fi faţă de mine, legat de o decizie pe care am luat-o şi pe care o regret sau o decizie pe care o pun sub semnul întrebării. Sau poate fi ceva legat de ezitarea mea în a lua o decizie. Poate fi o frică în relaţie cu o altă persoană (de exemplu, şeful meu, soţul meu, cineva în legătură cu religia mea etc) ale cărei decizii mă privesc în mod direct şi pe care nu le pot controla. Cineva a acţionat prea repede şi acest lucru mă irită. Trăiesc o frustrare şi nemulţumire, care pot duce la confruntări care nu sunt neapărat necesare. **Gingiile de sus** fac referire la munca mea sau la rolul meu în societate. **Gingiile de jos** se referă la latura mea emoţională. Când **gingiile** se inflamează, ele exprimă o supărare şi o slabă autoapărare, însoţită de slăbiciune, de melancolie şi de teamă. Învăţ să canalizez această frică, să o exprim pentru a evita ca **gingiile** mele să se inflameze. **Gingivita** implică de obicei şi o **sângerare a gingiilor**, care înseamnă o tristeţe sau pierderea bucuriei din cauza faptului că nu sunt capabil să mă exprim, deoarece nu sunt lăsat, sau nu mă las eu însumi, să spun anumite lucruri: pot avea impresia că ceea ce spun nu are importanţă şi că nu voi fi ascultat. Cum **gingiile** sunt suportul pe care se odihnesc dinţii mei, pot simţi şi furie, tristeţe, având impresia că fundaţia mea se prăbuşeşte şi un sentiment de neputinţă faţă de evenimentele vieţii sau faţă de cineva. Mă enervez şi critic, în loc să văd cum aş putea avansa în viaţă, lăsând trecutul în urmă. Sentimentul interior de neputinţă poate apărea mai ales în cazul în care există o **gingivită expulzivă**, caracterizată prin dezvelirea dintelui. Nu mai pot face faţă realităţii şi forţa mea interioară este afectată. **Gingiile** se scaldă în lacrimile dinţilor mei (emoţiile mele). Mă întreb tot timpul dacă am luat deciziile bune şi îmi este greu să îmi menţin alegerile. Trăiesc o dualitate extremă, deoarece mă îndoiesc de mine însumi. Vreau atât de mult ca ceilalţi să mă accepte↓♥ încât sunt extrem de flexibil şi înţelegător dar, în tot acest timp, las la o parte nevoile mele personale. Am nevoie de o pauză în care să îmi recuperez forţele. **Conştientizez** faptul că, fiecare eveniment din viaţa mea există pentru a mă ajuta să evoluez şi că orice schimbare importantă este necesară pentru a-mi atinge obiectivele stanbilite.

Îmi accept↓♥ adevărata valoare şi avansez în viaţă cu hotărâre.

492. GINGII (sângerarea gingiilor...) *Vezi şi: SÂNGE — SÂNGERĂRI*

Gingiile care sângerează indică o stare de nesiguranţă, o îndoială faţă de decizie pe care o am de luat în viaţă şi o pierdere a bucuriei la nivelul exprimării de sine. Am motive să am îndoiliei şi regrete ? Îmi este greu să îmi păstrez poziţia, să fiu ferm în deciziile mele. Am impresia că libertatea mea este afectată, mă simt neputincios şi îi fac pe ceilalţi responsabili de nefericirea mea.

Îmi asum responsabilităţile şi accept↓♥ schimbările care apar în viaţa mea cu seninătate. Am încredere în mine deoarece ştiu că alegerile pe care le fac mă ajută să evoluez, să cresc mai departe.

493. GINGIVITĂ *Vezi: GINGII— GINGIVITĂ ACUTĂ*

494. GLANDE (în general)

Glanda este un organ a cărui funcţionare se caracterizează prin sinteza şi secreţia unei substanţe. Aceste substanţe sunt specifice şi esenţiale pentru armonia corpului. Există două tipuri principale de **glande: glandele endocrine şi glandele exocrine.**

Glandele endocrine (fără canale) secretă **hormonii** (care sunt mesagerii lor) în interiorul corpului, în sânge, sunt glande precum tiroida, ficatul, glandele suprarenale etc. acestea au o funcţie internă şi numele lor înseamnă "eu separ". Aceşti **hormoni** sunt necesari pentru a menţine echilibrul corpului (homeostazie). **Glandele exocrine** îşi secretă produsul în exteriorul corpului printr-un canal care iese la suprafaţa pielii, a unei mucoase sau în tubul digestiv, precum glandele salivare, sudoripare, lacrimale, ficatul sau pancreasul. **Gandele** sunt oglinda EULUI şi fiecare dintre ele este legată de un centru de energie (chakra). O funcţionare deficitară a **glandelor** endocrine indică un dezechilibru sau o lipsă de armonie între centrii de energie. **Glandele,** oricare ar fi ele, introduc în organism carburanţii de care are acesta nevoie, pentru a funcţiona, pentru a pune în funcţiune alte organe. Intercomunicarea dintre **glande** duce la armonie sau la lipsa acesteia, la echilibru sau la dezechilibru. Faptul de a deveni tot mai conştient şi de a-mi crea propria viaţă, în loc să trăiesc într-un mod automat, asigură o bună funcţionare a **glandelor.**

495. GLANDE (afecţiuni ale...) *Vezi şi: ADENOM*

O funcţionare proastă a **glandelor** indică faptul că am o dificultate de a găsi o motivaţie, un "carburant" pentru a începe un nou proiect sau pentru a trece la acţiune într-o anumită situaţie (am tendinţa de a amâna lucrurile). Acest lucru se poate situa şi pe plan raţional, dacă trăiesc o confuzie sau am o dificultate de a vedea clar lucrurile pe care le am de făcut. Există o anumită nesiguranţă interioară. Sunt dezorganizat, dezordonat, atât în viaţă cât şi în gânduri. O disfuncţie a **glandelor** poate proveni de asemenea, din dorinţe neîmplinite sau din emoţii foarte puternice. Fiind o oglindă EULUI, glandele reflectă expresia interiorului meu. Sunt afectate dacă trăiesc pasiv, am o atitudine de victimă sau aleg să trăiesc într-un mod inconştient, în mintea mea, în loc să fiu îndrumat de **inimă♥.** Dacă există o **inflamaţie a glandelor**, înseamnă că le port pică celor care m-au jignit, m-au umilit. Nu fac decât să mă protejez...

Accept↓♥ să am din nou încredere în mine, deoarece am toate calităţile necesare pentru a merge înainte şi a trece la acţiune.

496. GLANDE LACRIMALE *Vezi: PLÂNS*

497. GLANDA PANCREATICĂ *Vezi: PANCREAS*

498. GLANDA PINEALĂ SAU CORP PINEAL SAU EPIFIZA

Glanda pineală[41] este cea mai importantă oglindă a EULUI şi conţine energiile din şase alte centre de energie. Este legată direct de EU SUNT şi de cele mai înalte grade ale **conştiinţei. Glanda pineală** este în relaţie cu vocea mea interioară, cu căutarea mea spirituală. Gestionează tot ceea ce ţine de aspectele existenţiale. Adună toate informaţiile şi le pune în contact cu experienţele mele interioare. Astfel pot avea o viziune de ansamblu asupra existenţei mele. Când se află în **dizarmonie** indică o non-integrare a eului, o lamentare de sine şi mă împiedică să mă împlinesc. Mă simt confruntat şi în dualitate cu mine însumi. Îmi produc o violenţă. Îmi pierd capacitatea de a mă minuna şi îmi este greu să îmi îndeplinesc misiunea mea pe pământ. Nu ştiu pe ce structuri să îmi construiesc viaţa: astfel îmi voi respinge mediul de viaţă sau chiar viaţa însăşi ! Îmi este teamă că mă înşel sau că sunt judecat, mai ales când este vorba despre alegerea unei cariere. Îmi este greu să integrez în viaţa mea informaţiile subtile pe care le primesc şi relaţia mea cu timpul provoacă o luptă interioară. Trăiesc aspectul spiritual în timp ce sunt deconectat de corpul meu fizic şi de pământ. Am o angoasă şi văd peste tot aspectele negative. Îmi trasez limite şi trăiesc într-un mod artificial şi impersonal.

---

[41] Glanda pineală are legătură cu centrul de energie coronal sau *chakra coronală*

Când se află în **armonie** această glandă aduce calm, seninătate, deschidere de spirit. Simt prezenţa divină şi energiile mele sunt în armonie cu ÎNTREGUL. Sunt fericit că mă aflu pe pământ. Ego-ul face loc **Conştiinţei** universale şi dualitatea nu mai există, deoarece exist în prezent (şi nu în vitor sau în trecut) şi ştiu să mă adaptez în orice situaţie. Deoarece reprezintă puntea de legătură dintre planurile de **conştiinţă** şi lumea terestră, prin acest centru de energie mă integrez şi sunt conştient de înţelegerea mea despre Dumnezeu.

Accept↓♥ să mă implic în viaţă, să iau deciziile potrivite pentru a mă împlini pe deplin.

499. GLANDA PITUITARĂ SAU HIPOFIZA

Glanda pituitară [42] este o glandă endocrină situată între sprâncene, în spatele rădăcinii nasului, sub creier, de care depinde în întregime, sub **hipotalamus.** Este în relaţie cu faţa, ochii, urechile, nasul, sinusurile, creierul mic şi sistemul nervos central. Secretă stimulina, care acţionează asupra celorlalte **glande endocrine** şi joacă un rol esenţial în reglarea secreţiilor hormonale. Acţionează aşadar ca o **glandă conducătoare,** în relaţie cu celelalte glande ale corpului. Joacă rolul dirijorului unei orchestre. Primeşte mesaje de la creier şi le retransmite glandelor. Are un rol foarte important, deoarece captează oxigenul şi energia vitală (prana) şi le redistribuie în toate celulele corpului. Această **glandă** controlează secreţiile endocrine ale tiroidei, ale glandelor corticosuprarenale şi ale gonadelor (testiculele, la bărbaţi şi ovarele, la femei). Tot ea reglează şi ritmul somnului. **Hipofiza** caută mereu echilibrul. Tratează toate noile experienţe şi noutăţile primite în raport cu toate informaţiile stocate de-a lungul existenţei mele. Face posibile marile transformări interioare atâta timp cât eu rămân deschis faţă de schimbare, în loc să mă opun, din teamă de necunoscut. Buna sa funcţionare ajută le echilibrarea planului raţional şi a celui intuitiv (Yang şi Yin). Când este în **dizarmonie,** acest centru de energie este legat de o dezordine din gândurile mele. Înseamnă că rămân la nivelul intelectului, a raţiunii reci, a egocentrismului şi mă împiedic astfel să am o viziune globală asupra marelui ÎNTREG. Devin arogant şi dispreţuitor faţă de ceilalţi, ceea ce creează probleme de confuzie în gândurile mele şi în relaţiile mele. O încetinire a **hipofizei** se manifestă de obicei prin lene şi o lipsă de interes. Un dezechilibru se manifestă atunci când latura mea raţională, se "supraîncălzeşte" deoarece nu fac loc pentru latura mea intuitivă, creativă şi emoţională, iar calităţile mele psihice se "supraîncălzezc" la rândul lor, deoarece vreau să evoluez prea repede, mergând la cursuri, citind tot soiul de cărţi, încercând diverse tehnici etc. Pentru că nu prea ştiu cum să reacţionez în anumite situaţii, creez un dezechilibru, deoarece corpul meu fizic nu poate suporta toate schimbările interioare care au loc. Devin dezorganizat şi mă cuprinde foarte uşor panica. Este ca şi cum nu mai am controlul asupra a ceea ce se întâmplă în viaţa mea, îi ascult mai mult pe ceilalţi decât să îmi ascult vocea interioară. Mi-am pierdut calmul, liniştea. Când este în **armonie, hipofiza** creează **conştientizări** ale codurilor din mentalul meu şi a relaţiei dintre mine şi gândurile mele. Cu ajutorul acestui centru de energie pot determina ceea ce îmi doresc, la nivelul abundenţei, pentru mine însumi şi pentru ceilalţi şi cu ajutorul său îmi pot realiza dorinţele. Viziunea corectă asupra lucrurilor este legată de acest centru şi cu ajutorul său voi găsi soluţiile. Deoarece **glanda pituitară** controlează buna funcţionare a organismului meu, mă asigur că corpul şi spiritul meu sunt în echilibru evitând excesele şi îmi asigur stăpânirea propriilor mele gânduri şi emoţii. Dacă **hipofiza** mea este atinsă de o **tumoră**, este posibil să trăiesc un sentiment puternic de **neputinţă**, având impresia că nu sunt capabil să realizez obiectivele pe care mi le-am propus. În sens figurat, este ca şi cum mi-aş întinde braţul, cât pot eu de mult, pentru a lua un măr dintr-un pom, dar nu reuşesc să ajung la el. Obstacolul poate fi de ordin fizic sau emoţional. Am impresia că sunt "prea mic" (atât în sens propriu cât şi figurat) pentru a atinge obiectivul şi îmi este frică de mijloacele pe care le folosesc pentru a-mi atinge scopul. Cum pot ajunge în vârf? Cum aş putea fi mai înalt? Vreau să cresc repede. Sau pot să vreau să îmi **cresc** puterea, respectul de sine, valoarea mea în ochii celorlalţi, dar acest lucru mi se pare **inaccesibil**. Nu mă simt la înălţime, eu, care sunt de obicei un perfecţionist.

---

[42] Este legată şi de centrul de energie sau chakra celui de-al treilea ochi.

Am de multe ori impresia că sunt **defazat**, tulburat în ritmul meu natural, fără să ştiu de ce şi am tendinţa să mă întreb des ce nu este în regulă cu mine. Rămân închis în închisoarea mea, refulez totul şi refuz să cer ajutor.

Accept↓♥ faptul că, obiectivele pe care mi le-am fixat sunt poate prea înalte. Învăţ să fiu foarte înţelegător şi răbdător cu mine însumi, ştiind că întotdeauna fac tot ceea ce pot şi vreau să fie mai bine pentru mine şi pentru ceilalţi. Fiind sincer, voi fi tot timpul mândru de mine, indiferent care sunt realizările mele. Viaţa are grijă de mine şi toate dorinţele mele vor fi împlinite! Accept↓♥ să îmi trăiesc viaţa intens, în prezent.

500. GLANDE SALIVARE *Vezi şi: OREION, SALIVĂ*

Glandele salivare, dintre care cea mai voluminoasă este **parotida**, sunt simbolul **iubirii** şi al tandreţei. Deoarece fac parte din aparatul digestiv, o disfuncţie a acestora (dacă produc prea multă sau prea puţină salivă) indică faptul că trăiesc o nesiguranţă faţă de posibilitatea de a găsi hrana necesară pentru a trăi. Poate nu am bani pentru a cumpăra alimente sau am bani, dar nu ştiu cum să-i folosesc. De asemenea, poate îmi este frică că mă otrăvesc. Hrana este disponibilă, dar nu am acces la ea sau nu am încredere în ea. "Salivez" de poftă şi am o sezaţie de lipsă. Vreau să fac provizii, să adun cât pot de mult, în cazul în care va veni o criză şi nu voi putea găsi mâncare. Într-un sens mai larg, pot fi o persoană căreia îi place să colecţioneze lucruri: în acest caz, am nevoia inconştientă de a aduna anumite obiecte de teamă că, într-o zi, nu voi mai fi capabil să îmi procur acele lucruri. Totuşi acest lucru are ca efect intoxicarea, murdărirea spaţiului meu vital. Dacă sunt privat de acest spaţiu, mă simt devalorizat şi de aici poate apărea o **parotidită** (inflamaţia glandei parotide).

Această **inflamaţie**, indică o insatisfacţie faţă de unul dintre părinţi. Sau poate fi vorba despre faptul că vreau să îmi arăt colţii. Poate sunt în conflict, există o rivalitate cu cineva? Am impresia că adevărul a fost deformat, murdărit? Sau am intrat în contact cu **saliva** unei alte persoane şi acest lucru m-a deranjat? Mă simt obligat să modific lucrurile. De unde provine nerăbdarea mea ?

Accept↓♥ furia pe care o am şi o las să se exprime pentru a-mi regăsi liniştea şi armonia. Accept↓♥ situaţiile pe care le trăiesc fiind **conştient** că şi eu am dreptul de a mă hrăni bine şi că viaţa îmi procură toate lucrurile de care am nevoie.

501. GLANDE SUBLINGUALE *Vezi: GLANDE SALIVARE*

502. GLANDE SUPRARENALE *Vezi şi: ADDISON BOALA LUI..., CUSHING [SINDROMUL LUI...], FRICĂ, STRES*

Principala funcţie a **glandelor suprarenale**[43] este de a produce hormonul stresului, **adrenalina** precum şi cortizolul şi cortizonul. Aceste **glande** reglează pulsul şi presiunea sângelui şi ajută corpul să simtă situaţiile periculoase (frica, lupta, supravieţuire etc.). Sunt legate de părţile solide ale corpului şi mă menţin în contact cu energia pământului, cu lumea materială, cu nevoile fundamentale şi cu acceptarea↓♥ părţii mele materiale şi a personsalităţii mele. Când acest centru se află în **dizarmonie**, înseamnă că sunt tot timpul preocupat de nevoile mele materiale, nu am încredere în ceilalţi şi nu sunt niciodată mulţumit. Când trăiesc frici, stres sau nelinişte (reale sau imaginare) comportamentul meu este agresiv, coleric, nerăbdător, mai ales atunci când **glandele suprarenale** lucrează în exces. Când funcţionează sub capacitatea normală, mă descurajez uşor, amân lucrurile pe mai târziu şi nu vreau să fac faţă problemelor mele, prefer să fug. Îmi lipseşte curajul şi voinţa pentru a face faţă vieţii.

Când mă simt înspăimântat, în pericol sau chiar sunt în pericol, în realitate, percepţia mea poate fi diferită, dar corpul meu va răspunde imediat în orice situaţie de stres şi de tensiune, pe care o simte ameninţătoare, fie că acea situaţie se va manifesta, fie că nu. Corpul răspunde la fel de serios şi avertizărilor pe care le poate provoca un stres. Îi va lipsi **coordonarea.** Acel pericol poate avea legătură cu o situaţie din viaţa mea în care îmi este teamă că voi pierde timp, bani, o recompensă, un partener etc. deoarece am luat o "decizie proastă" sau am ales o "direcţie greşită" în viaţa mea. "Oare mă aflu în direcţia cea bună, pe calea cea bună ? " Vreau să merg foarte repede şi foarte departe într-un anumit domeniu din viaţa mea, dar acest lucru implică o determinare puternică, alegeri atente şi nu îmi acord dreptul de a greşi, care de fapt, nu este decât o experienţă din viaţă, iar de aici provine stresul puternic. Uneori am impresia că îmi "pierd **busola**". Trăiesc cu teama că mă voi **pierde**: poate fi în sensul propriu, în sensul că îmi pierd direcţia, nu găsesc drumul, într-o situaţie dată sau în viaţă, în general. Pot avea, de asemenea, impresia că **m-am rătăcit** sau că m-am pierdut deoarece nu mi-am urmat valorile profunde şi am vrut să fiu pe placul celorlalţi. Pot să mă simt **abătut**. Mă simt ca o oaie rătăcită de turma sa, **izolat**, pierdut, la marginea societăţii, **debusolat**, **fără repere**. Rătăcesc peste tot, ca un călător, neştiind încotro mă îndrept. Mă simt la **marginea** societăţii. Uneori am impresia că **halucinez**. Este posibil să trăiesc o iubire imposibilă, să mă înşel cu privire la sentimentele mele sau persoana în cauză să fie inaccesibilă. Nu vreau să mă poziţionez, nu vreau să fiu nici văzut, nici cunoscut. **Glandele suprarenale** se află deasupra rinichilor, consideraţi a fi sediul fricii şi al durerii. Adrenalina care se eliberează atunci când sunt într-o stare de excitabilitate, mă stimulează, mă face mai creativ sau, din contră, îmi poate provoca probleme, mă poate distruge. O acumulare prea mare de stres duce la o epuizare totală. Sindromul "ce e prea mult strică" poate funcţiona în mod regulat. Există mai multe situaţii în viaţa mea sau în societate, în general, pe care le consider **aberante**. Caut tot timpul în altă parte, ceea ce se poate găsi chiar sub nasul meu. Am o nevoie nesătulă de a avea tot ce este mai bun, indiferent în ce domeniu al vieţii. Când **glandele suprarenale** se află în **armonie**, mă simt în simbioză cu toate fiinţele de pe pământ.

---

[43] Glandele suprarenale sunt legate de ceea ce numim centrul de energie de bază sau chakra de bază, chakra coccisului

Accept↓♥ să renunţ la atitudinea mea defensivă şi decid să îmi fixez un scop în viaţă. Adopt un stil de viaţă mai simplu şi devin mai deschis, îmi regăsesc echilibrul. Am încredere în ceea ce îmi poate aduce lumea materială (siguranţă şi protecţie). Mă trezesc dimineaţa, plin de energie, am poftă de viaţă şi sunt capabil să trec la acţiune. **Conştientizez** ceea ce **îmi doresc** cu adevărat. Călătoresc prin viaţă cu încredere şi credinţă.

503. GLANDE — TIMUS *Vezi şi: SIDA, SISTEM IMUNITAR*

Timusul este o glandă micuţă, care se găseşte în torace, la nivelul **inimii♥**[44] şi care produce un tip de globule albe (limfocite T) ce joacă un rol esenţial în imunitatea naturală a organismului. Această glandă este în relaţie cu sistemul imunitar, cu partea superioară a spatelui, cu plămânii, **inima♥**, pielea, sângele, nervul vag şi circulaţie. **Timusul** simbolizează altruismul, iertarea, empatia, percepţia mea asupra **iubirii**, puterea divină, voinţa sufletului şi unitatea **conştiinţei** universale. Este centrul **iubirii** şi influenţează sistemul imunitar, fabricând limfocitele. Este influenţat de hipotalamus şi integritate. Este un centru Yin-Yang, atât masculin cât şi feminin. Este legat de capacitatea de a fi emotiv, de a simţi lucrurile precum şi de **iubirea** necondiţionată. Este o legătură între iubirea părinţilor mei şi poziţia mea faţă de aceasta. Este glanda răspunzătoare de imunitatea nou-născutului. Activitatea sa se diminuează o dată cu vârsta. Când **timusul** este în **dizarmonie** indică o **non-acceptare de sine**. Am o dificultate în a da şi a primi şi nu mă simt confortabil faţă de **iubire**. Îmi este teamă de refuz sau de a fi ridicol şi mă închid în muţenie pentru a mă proteja. Când există o **ranchiună**, energia mea, centrată pe ură, foloseşte pentru răzbunare, nu pentru iertare, ceea ce determină o scădere de energie, deoarece lipsa de **iubire** duce la

---

[44] Timusul este glanda endocrină care este legată direct de centrul de energie al inimii♥, **chakra inimii♥**

scăderea imunităţii. O dificultate a glandei **timus** indică, de asemenea, faptul că am impresia că cineva îmi sustrage ceva sau pe cineva care îmi aparţine, că am fost deposedat de ceva sau de cineva cu un rol esenţial în viaţa mea. Poate fi vorba despre un loc de muncă, un partener, un obiect material etc. „Mi s-a luat pâinea de la gură !" Prin urmare, m-am simţit, pentru moment, lipsit de apărare, neştiind cum să reacţionez: este un aspect al luptei dintre mine şi ceilalţi. Reflexul meu este de a cere ajutor mamei, pentru a ieşi din acea situaţie. Vreau să fiu autonom, dar nu am încredere în mine. Nesiguranţa mea mă determină să mă agăţ de ceilalţi. Refuz să am grijă de mine cu **iubire** şi acceptarea↓♥ a ceea ce sunt. Trăiesc în sacrificiu. Faptul de a persista în trecut, mă împiedică să trăiesc în prezent. O **tumoră** la nivelul timusului indică o rechestionare a ceea ce sunt faţă de familia mea, cum mă situez faţă de rădăcinile mele.

Când **timusul** este în **armonie**, pot fi **conştient de identitatea mea.** Este un canal de **iubire** divină. Sunt capabil de vindecare interioară şi de **iubire** necondiţionată. Fac totul cu **inima♥**, dăruiesc, primesc cu iubire şi găsesc forţa de a nu fi manipulat.

Accept↓♥ faptul că iertarea este necesară evoluţiei mele şi armoniei mele interioare. Bucuria de a trăi creşte imunitatea. Îmi dau seama cât de mult sunt protejat în viaţa de fiecare zi. Apreciez ceea ce am "aici şi acum", deoarece viaţa înseamnă mişcare şi ceea ce voi avea mâine poate fi diferit de ceea ce am astăzi. Cu cât mă detaşez mai mult de lumea materială, cu atât mai mare este sentimentul meu de libertate ! Las la o parte ura şi dualitatea şi le înlocuiesc cu adevărul.

504. GLANDA TIROIDĂ (în general)

Glanda tiroidă se află la baza gâtului, sub laringe. Este legată direct de gât[45]. Este în relaţie cu sistemul respirator, cu gâtul, ceafa, maxilarele, urechile, vocea, traheea, bronşiile, plămânii şi braţele. **Tiroida** este centrul vorbirii, al exprimării verbale şi al creativităţii. Are o acţiune şi asupra sistemului neuromuscular. Este legată de exprimarea de sine, de comunicare. Prin acest centru de energie îmi exprim lacrimile, bucuriile, angoasele şi sentimentele. Fiind prin esenţă producătoare de energie, **tiroida** secretă doi hormoni foarte importanţi, tiroxina şi tiriodotironina, care conţin iod, recunoscut pentru calitatea sa de antiseptic puternic şi necesar bunei funcţionări a întregului corp. Aceşti hormoni activează metabolismul celular, creşterea şi funcţiile celulare. Fără **tiroidă** nu aş putea trăi. Deoarece **tiroida** reglează temperatura corpului, acţionează ca un termostat care adaptează ceea ce se întâmplă în interior, la ceeea ce se întâplă în exterior. Corpul meu îşi poate exprima astfel într-un mod armonios emoţiile şi gândurile.

Tiroida simbolizează, de asemenea, capacitatea mea de a-mi exprima latura divină, de a-mi exterioriza creativitatea. Ea îmi arată cum mă poziţionez, în loc să mă las limitat de ceilalţi. **Tiroida** reacţionează atunci când simt că "nu mai respir". Când mă simt neputincios, deoarece nu pot să vorbesc într-o anumită situație. "Oare sunt de acord cu regulile pe care mi le impun?" Când se află în **dizarmonie, tiroida,** indică non-exprimarea de sine. Am frecvent impresia că am un nod în gât, sunt prea rațional, devin rigid și îmi refuz dreptul de a exista. Vorbele mele sunt bruște și comunicarea devine conflictuală. Nu îmi ocup locul cuvenit, mă sufoc și mă simt prizonier. Mă simt ca un fluture căruia i s-au tăiat aripile. Nivelul de hormoni normal determină controlul de sine: **hipertiroidia,** indică căldura, epuizarea și **hipotiroidia,** frigul și încetinirea.

---

[45] Are legătură cu centrul de energie denumit chakra gâtului

Deoarece acest centru de energie este legat de exprimarea de sine, un caz de **hipo- sau hipertiroidie** poate apărea și dacă am impresia că trebuie tot timpul să înghit jignirile celorlalți sau dacă viața mi se pare nedreaptă cu mine. Deoarece mă complac în acest rol, ajung chiar să provoc în jurul meu situații problematice, devenind astfel victimă perpetuă. Aș vrea să las totul să cadă, să fug departe de problemele mele, să le expediez la capătul lumii. Aș vrea ca acestea să **dispară.** Astfel, dacă am un conflict legat de timp și sunt obligat să merg mai repede sau mai încet, **tiroida** va reacționa. Pot avea impresia că nu pot crea ceva din cauza lipsei timpului, că a trebuit să cresc prea repede și să devin adult prea devreme, că nu sunt destul de rapid pentru a ajunge ceva etc. Gâtul, care face legătura dintre cap și corp, mă ajută să fac din cap gesturile pentru DA și NU și face din această zonă legătura dintre corp și spirit. Dacă orgoliul meu este prea puternic și îmi închide **inima♥,** pot să nu văd care sunt adevăratele mele nevoi. Centrul energiei gâtului reprezintă creativitatea mea. Pot să mă simt în poziție de supunere față de o autoritate exterioară. Pot să îi idealizez pe ceilalți și acest lucru mă face să mă simt inferior. Această atitudine poate determina corpul meu să reacționeze printr-un **cancer de tiroidă:** ceilalți devin un instrument pentru a-mi umple golul interior. Îmi este teamă de o durere, deoarece o neg pe a mea, ceea ce mă face să trăiesc în pasivitate. Când **tiroida** este în **armonie,** mă simt deschis față de ceilalți, față de ascultare, sunt mai puțin influențabil. Știu să spun nu când este nevoie. Am spiritul deschis și devin creativ. Sunt capabil să spun adevărul, fără să mă judec sau să îi judec pe ceilalți. Acest centru de creativitate (vorbirea) mă ajută să am o relație de cuplu echilibrată, să îmi exprim **iubirea.** În loc să vreau puterea asupra celorlalți, este mai bine să am încredere în vocea mea interioară.

Acum, imediat accept↓♥ să mă exprim liber și îmi folosesc toate mijloacele. Îmi dezvolt spiritual creator. Accept↓♥ să trăiesc în Adevăr.

505. GLANDA TIROIDĂ — BASEDOW (boala a lui ...) SAU GUȘA EXOFTALMICĂ

Boala lui Basedow[46] este o stare patologică cauzată de hipersecreția de hormoni tiroidieni și caracterizată prin mărirea anormală a globilor oculari și creșterea volumului **tiroidei.** Este o afecțiune care afectează mai mult femeile decât bărbații. Persoana afectată suferă o accelerare a întregului metabolism, este plină de energie "nervoasă". Sistemul nervos devine iritabil și **tiroida** este tot timpul în hiperfuncțiune, din cauza incapacității de a fiza iodul. Persoana afectată prezintă tulburări de somn, tremuratul mâinii, slăbire, nervozitate și o transpirație abundentă. Ce încerc să demonstrez celorlalți prin această hiperactivitate? Ce anume nu sunt în stare să exprim? Vreau să demonstrez CINE SUNT, fără să fiu în stare să mă mai opresc. Fac tot timpul mai mult decât mi s-a cerut. Mă simt tot timpul ca într-o turbină și îmi solicit prea tare tiroida... Îmi refulez adevăratele sentimente, nu mă exprim, înghit totul și vreau să demonstrez ceva, chiar să "mă răzbun". Cui am nevoie să îi demonstrez ceva? Mă pedepsesc pentru că nu am putut salva la timp pe cineva sau o situație. Culpabilitatea mea este mare. Am devenit neîncrezător și mă simt obligat să fac totul singur, ceea ce îmi dă impresia că am control asupra evenimentelor. Învăț să exprim treptat lucrurile, aleg să fac ce este mai bine pentru mine, fără să vreau tot timpul performanță și, astfel, renunț la autodistrugere. Constat că am nevoie să dau (chiar și ceva ce nu mi s-a cerut) pentru a mă simți iubit și îmi este greu să primesc.

Aleg să am grijă de mine, accept↓♥ să îmi recunosc nevoile și să mă împac cu ceea ce sunt cu adevărat. Nu mă mai învârt în cerc și înțeleg că nu este nevoie să fac atât de multe pentru a fi apreciat. Învăț să mă iubesc și să mă accept↓♥ așa cum sunt. Îmi regăsesc astfel stabilitatea, sănătatea și echilibrul în viața de zi cu zi.

506. GLANDA TIROIDĂ — GUȘA

Gușa este umflarea părții anterioare a gâtului. În general, indică faptul că **tiroda** este superactivă. Acest lucru provine din accelerarea mai multor procese mentale și corporale. **Tiroida** este responsabilă, între altele, de reglarea procesului respirator. Are legătură strânsă cu dorința mea de a trăi, cu angajamentul meu de a intra în viață. **Hipertiroidia** este un răspuns stresant care îmi reflectă angoasa, supărarea, pe scurt, emoțiile intense, neexprimate, care duc la umflarea **tiroidei,** a gâtului. **Am impresia că totul se petrece prea repede!** Din lipsa organizării sau din cauza unui nivel de energie prea scăzut, mă simt într-o agitație continuă a evenimentelor, care mă depășește. Poate proveni, de asemenea, din sentimental de a fi sufocat de viață si de responsabilitățile mele. Este ca și cum **tiroida** mea ar vrea să afle: "Continui să mențin viața sau nu?" Ar fi bine pentru mine să îmi exprim nevoile, dorințele, emoțiile, în loc să le refulez și astfel să ajut **tiroida** să funcționeze normal. În cazul în care **gușa** este rezultatul unei **hipotiroidii,** adică glanda **tiroidă** lucrează prea încet, într-o perioadă lungă de timp, ca și cum s-ar epuiza, această manifestare lasă să se vadă personalitatea mea negativistă și tendința mea spre disperare, deoarece nu prea vreau să fac nimic și adopt o atitudine de "victimă" față de ceea ce mi se întâmplă. Trăiesc multă contrarietate și amărăciune și am impresia că toată lumea are ceva împotriva mea. **Gușa** indică cât de abandonat de ceilalți mă simt. Am nevoie de **iubire** și de atenție, dar prefer să trăiesc retras. Fug de angoasele mele și mă deconectez de la emoțiile mele. Vreau să păstrez totul pentru mine.

Accept↓♥ să dezvolt o atitudine mai pozitivă și să am grijă de mine pentru a-mi îndeplini obiectivele.

---

[46] **Baselow** (Karl von): medic german (1799-1854). El este cel care a descris hipertiroidia (boala lui Basedow).

507. GLANDA TIROIDĂ— GUŞA EXOLFTALMICĂ *Vezi: GLANDA TIROIDĂ, BASEDOW BOALA A LUI...*

508. GLANDA TIROIDĂ — HIPERTIROIDIE

Hipertiroidia indică o hiperactivitate, o prea mare activitate a glandei **tiroide**. Metabolismul meu creşte, am stări de căldură şi transpir mult. Am o dezamăgire mare deoarece nu pot face ceea ce vreau cu adevărat sau nu pot exprima ceea ce am de spus, deoarece răspund aşteptărilor celorlalţi, nu alor mele. Mă simt depăşit de evenimente. Acumulez tot ceea ce nu exprim şi îmi distrug propria personalitate. Mă simt obligat să răspund aşteptărilor celorlalţi. Prin urmare, trăiesc ranchiună, frustrare şi ură faţă de tot ceea ce nu corespunde cu adevărat aşteptărilor mele. Îmi concentrez atenţia doar pe lucrurile negative. Pot să ascult tot timpul sfaturile celorlalţi, fără să mă ascult pe mine. Îmi construiesc singur o închisoare din care îmi este greu să mai ies, deoarece îi resping pe cei care ar putea să mă ajute. Mă simt neputincios să schimb lucrurile în viaţa mea. În plus, îmi fixez termene foarte scurte în sarcinile pe care le am de făcut, ceea ce îmi cere tot timpul să mă depăşesc pentru a termina la timp proiectele în cauză. **Trebuie să fac lucrurile mai repede !** Trebuie să **stric** totul deoarece mă grăbesc prea tare (mai ales în afaceri) şi acest lucru îmi provoacă un stres puternic. Am impresia că lucrurile sunt prea **fugare**, că dispar foarte repede şi nu am timp să profit de nimic, ca şi atunci când copiii cresc prea repede şi eu îmi fac prea multe griji pentru ei. Am o mulţime de dorinţe neîmplinite. Când **tiroida** mea este **hiperactivă**, am dificultăţi legate de timp şi de întârziere. Sunt asemenea unui copil naiv şi fără griji, care speră că ceilalţi se vor ocupa de lucruri de care eu nu vreau să fiu responsabil. Corpul meu transmite un mesaj în acest caz. Mi-am pierdut contactul cu eul meu profund. Prefer să rămân la suprafaţa lucrurilor, a emoţiilor mele, decât să merg în profunzime şi să risc să am descoperiri neaşteptate.

Accept↓♥ faptul că viaţa nu este o cursă de viteză, ci mai degrabă un **maraton**. Îmi conştientizez puterea interioară. Iau propriile decizii şi îmi creez acţiunile în funcţie de discernământul meu interior. Sunt coautor al vieţii mele.

509. GLANDA TIROIDĂ — HIPOTIROIDIE

Hipotiroidia este funcţionarea limitată a **tiroidei**, o insuficienţă tiroidiană. Cauzele fizice sunt o dereglare a sistemului imunitar, o distrugere a **tiroidei** prin tiroidită, cu sau fără formarea de anticorpi şi o lipsă de iod, care duce la creşterea nivelului de colesterol şi a oboselii, furnicături şi răceala extremităţilor, constipaţie, scăderea reflexelor, creşterea în volum a limbii etc. Poate apărea şi o stare de **descurajare**, devin posomorât, negativist şi am sentimentul că nu sunt înţeles. Corpul meu îmi transmite un S.O.S. Cauzele metafizice sunt la fel de importante. Chakra de la nivelul gâtului are legătură cu comunicarea şi cu creativitatea. Cum este comnuicarea cu mine însumi, cu cei apropiaţi şi cu ceilalţi ? Cum îmi exprim creativitatea în ceea ce fac ? Care este ranchiuna pe care o am şi care "mă roade pe dinăuntru" ? De unde vine această lipsă de dorinţe faţă de viaţă ? **Hipotiroidia** poate proveni şi din incapacitatea mea de a înfrunta o situaţie care apare repetitiv în viaţa mea şi în care nu ştiu cum să reacţionez. Trebuie să încetinesc ritmul, dare acest lucru mă costă mult, fie în cadrul profesional, fie în relaţiile interpersonale. Sunt prea rapid în afaceri. Trebuie să încetinesc, să îmi acord timp, atât mie cât şi celorlalţi. Vreau să fug de responsabilităţile mele. Prefer să trăiesc într-o lume ireală. Îmi creez o siguranţă artificială. Consider prea **dur** faptul de a mă resemna deoarece mă simt depăşit de evenimente.

Accept↓♥ să rămân în contact cu corpul meu emoţional şi fizic. Sunt în siguranţă şi am tot ceea ce am nevoie pentru a aface faţă responsabilităţilor mele. Sunt creatorul vieţii mele. Comunic armonia peste tot în jurul meu. Sunt încrezător şi văd viaţa într-o lumină nouă. Mă las susţinut de viaţă asemenea unui zmeu, mă las purtat de vânt.

510. GLANDA TIROIDĂ — TIROIDITĂ

Tiroidita este o inflamaţie a glandei **tiroide.** Cea mai cunoscută este **tiroidita lui Hashimoto**[47]. Trăiesc o situaţie care implică frecvent familia şi în care mă simt prins, deoarece nu îmi pot exprima frustrările şi furia. Ajung să trăiesc cu încetinitorul, deoarece emoţiile mele negative mă rod pe dinăuntru. Îmi vine să scuip foc, dar nu vreau să dezvălui anumite secrete care ar putea destabiliza nucleul familial. Prefer să tac şi să mă simt strâmtorat, decât să deschid poarta **inimii♥** mele şi să îndrăznesc să mă exprim.

Accept↓♥ să recunosc şi să întâmpin emoţiile pe care le am. Aleg să le exprim verbal, pentru a mă elibera. **Iubirea** şi **lumina** pe care le eman formează un cerc care mă va proteja în fiecare moment.

511. GLAUCOM Vezi: OCHI — GLAUCOM

512. GLEZNE *Vezi şi: ARTICULAŢII*

Glezna este o parte a corpului foarte flexibilă şi mobilă. Foloseşte la susţinerea corpului şi, prin poziţia fizică suportă presiuni foarte mari. Este un fel de pod, de legătură între mine şi pământ. Datorită ei sunt "împământat" la sol, iar energia spirituală circulă de sus în jos şi invers şi sunt în contact cu pământul-mamă. Prin ea îmi exprim capacitatea de a avansa, de a mă ridica şi de a sta în picioare, stabil şi ancorat. **Glezna** execută schimbările de direcţie şi, prin urmare, reprezintă deciziile mele şi angajamentele pe care le iau ţinând cont de credinţele şi de valorile mele. **Gleznele** îmi arată cât de mult sunt capabil să mă sprijin pe mine însumi, pe resursele mele interioare sau, din contră, dacă am tendinţa de a mă sprijini sau chiar de a mă agaţă de ceilalţi. Orice **rană** sau **durere** la **gleznă** are legătură cu capacitatea mea de a rămâne flexibil schimbând în acelaşi timp direcţia. Nu ştiu "pe care picior să dansez". Trebuie să rămân sau trebuie să plec ? Sunt destabilizat, am impresia că "nu ajung nici până la glezna" anumitor persoane pe care le admir la fel ca pe părinţii mei. Am o dificultate în a mă detaşa de ei, mai ales de mama. Dacă îmi este teamă de ceea ce va urma, dacă sunt inflexibil în faţa unei decizii pe care o am de luat, dacă merg prea repede, fără să mă gândesc, dacă îmi este teamă de responsabilităţile mele actuale sau viitoare, dacă am impresia că sunt instabil, risc să frânez energia din **gleznele** mele. Este posibil să mă simt obligat să aleg anumită direcţie. Ca şi omida, îmi este frică să ies din coconul meu. În funcţie de intensitatea blocajului de energie şi a închiderii mele în faţa curentului vieţii, poate apărea o **tensionare, o entorsă sau o fractură.** Nu pot sta în picioare fără **glezne.** Poate este momentul să mă sprijin de o nouă modalitate de a vedea lucrurile, "criterii" noi care sunt mai deschise şi mai flexibile. Gleznele au grijă de mine şi de interiorul meu, sunt suportul meu. Dacă una dintre **glezne** cedează sau se rupe, nu mai am o bază solidă, am nevoie să schimb direcţia, trăiesc un conflict mental. **Glezna** mea nu mă mai poate suporta şi întreg corpul cedează fizic. Într-un anumit sens şi viaţa mea se prăbuşeşte, dar mai degrabă este vorba despre o imagine decât despre o prăbuşire reală. Referitor la **entorsă**, glezna **răsucită** reprezintă energia care se răsuceşte în **gleznă** şi structura suportului meu se deformează. Nu mai există nimic clar şi definit. Presiunea este prea puternică şi nu mai ştiu în cine să am încredere sau în ce direcţie să merg. Mi-am limitat deplasările: înseamnă că cineva mă împiedică, nu îmi dă permisiunea sau poate fi vorba despre un alt eveniment sau situaţie. Am tendinţa de a avea încredere în judecata celorlalţi, mai degrabă decât în propria mea judecată. Îmi lipseşte fermitatea. Am nevoie de soliditate, să mă implic cu adevărat, fizic şi emoţional în relaţiile cu ceilalţi. Când sunt confruntat cu ceva foarte profund, o schimbare **obligatorie** pentru evoluţia mea, se manifestă o **fractură sau ruptură.** Cred că ceilalţi mă împiedică să avansez, în timp ce eu sunt cel care trebuie să schimbe direcţia. Este vorba despre onoarea mea, scopul meu şi direcţia pe care o urmez în viaţă. Orice afecţiune la nivelul **gleznei** este însoţită de obicei de o **umflătură**, care reprezintă prea plinul emoţiilor mele, care mă ţin pe loc şi nu mă lasă să avansez cu îmcredere şi determinare. **Edemul** arată faptul că, grijile pe care mi le fac şi ideile negative pe care le întreţin mă determină să rămân pe loc. Dacă am **gleznele slabe** şi se rănesc uşor, este cazul să mă întreb: "am o capacitate scăzută de a mă suporta şi am nevoie tot timpul ca cineva sau o instituţie să aibă grijă de mine ?" Îmi refulez atât de mult emoţiile, încât risc să îmi rup o gleznă. Indiferent despre ce afecţiune este vorba, perioada de imobilitate care urmează mă ajută să integrez aspectele din viaţa mea care trebuie schimbate.

---

[47] Cunoscută sub denumirea de boala lui **Hashimoto,** troida lui **Hashimoto poartă numele medicului japonez** Dr Hashimoto Hakaru (1881-1934), de la Universitatea Kyushu, primul acre a descris simptomele acestei boli, într-o publicaţie germană

Conştientizez situaţia sau relaţia în care mă simt **înlănţuit.**, de asemenea, trebuie să îmi pun întrebarea: deoarece această problemă la **gleznă** mă împiedică să îndeplinesc anumite sarcini sau o anumită muncă, care este avantajul pe care îl pot trage din această imobilizare ?

Accept ↓♥ viaţa şi tot ceea ce îmi oferă ea. Astfel voi reuşi să îmbrăţişez viaţa pe partea cea bună ! Urmez drumul care îmi convine cel mai bine.

513. GLOB OCULAR *Vezi: OCHI [ÎN GENERAL]*

514. GLOBULE SANGUINE *Vezi: SÂNGE*

515. GONADE *Vezi şi: OVARE, TESTICULE*

Gonadele produc gameţii (spermatozoizii, la bărbat şi ovulele, la femei) şi hormonii sexuali care combat anorexia mentală, astenia şi favorizează energia fizică şi afectivă. Acest centru este legat de creativitate şi reproducere. Când există o **dizarmonie** a **gonadelor**, sexualitatea este centrată pe plăcerea egoistă şi pe o **iubire** posesivă. Pierd contactul cu inocenţa copilului meu interior. Îmi lipseşte maturitatea şi spontaneitatea, nu am încredere în sexul opus şi refuz tandreţea care mi se oferă. Nu am încredere în mine. Îmi ies foarte repede din fire, mă înfurii din orice motiv. Trebui să mă întreb ce anume am pierdut, ce îmi provoacă o suferinţă atât de mare: poate fi vorba despre un copil care a plecat sau a murit (sau o fiinţă dragă) sau despre un bun material sau o pierdere simbolică, de exemplu a iubirii de sine sau a mândriei mele etc. Nu mă mai simt creatorul vieţii mele, adopt o atitudine negativistă faţă de viaţă. Când acest centru este în **armonie**, mă simt spontan, deschis relaţiilor cu persoane de sex opus. Acest centru de energie este legat de plăcere, sub toate aspectele sale şi, atunci când se află în echilibru, ştiu să mă adaptez situaţiilor, viaţa mă pasionează şi sunt plin de entuziasm. Mă simt în largul meu în tornada vieţii, fără să mă opun.

Comunic cu încredere, nu am prejudecăţi, mă accept↓♥ în întregime ca bărbat sau ca femeie. Accept↓♥ să îmi las fricile la o parte şi îmi construiesc încrederea în mine însumi şi în viaţă.

516. GRĂSIME, OBEZITATE *Vezi şi: GREUTATE [EXCES DE...]*

Grăsimea simbolizează energia, puterea, "micile plăceri" pe care ni le dăruim. Cu cât energia mea este mai activă şi circulă liber, cu atât va fi mai mică tendinţa ei de se fixa în **grăsime**. Cu cât sunt mai greu, cu atât îmi este mai dificil să mă mişc, deci să îmi folosesc energia, care corespunde emoţiilor mele şi creativităţii mele. Dacă sunt o persoană care suferă de **corpolenţă**, sunt o persoană hipersensibilă, am nevoia de a mă proteja. Această nevoie de a mă proteja se regăseşte mai ales la nivelul celei de a doua chakre[48], ce a sexualităţii şi a celei de a treia chakre[49], a emoţiilor.

Emoţiile şi ideile sunt acumulate şi se adaugă unele peste altele, aşa cum se acumulează kilogramele în corpul meu. Bărbaţii par a avea o nevoie mai mare să se protejeze astfel. Obezitatea este adeseori expresia unei nesiguranţe sau a unei "lipse" pe plan afectiv: aştept ceva, ce nu vine sau caut în locul nepotrivit, ceea ce duce la o insatisfacţie sau o frustrare care mă face să mă umflu. Am nevoie de **iubire** şi, în acelaşi timp, mă feresc de ea. Este posibil să fi fost agresat (fizic sau psihologic) şi acest lucru mă determină să trăiesc o stare de agresivitate. Prefer să contez numai pe mine însumi. Mă simt limitat în viaţă şi faptul de a simţi un gol în jurul meu, mă face să mă simt abandonat. Deoarece vreau să fiu considerat o persoană puternică, este posibil să manifest, inconştient, această forţă fiind "o persoană puternică", corpolentă.

---

[48] **a doua chakra:** situată între buric □i pubis
[49] **a treia chakra:** situată la nivelul plexului solar, la baza sternului sau a cutiei toracice

Pentru a slăbi, accept↓♥ să îmi schimb atitudinea în relaţiile mele cu ceilalţi. Încetez să mai am aşteptări şi înlătur tot ceea ce este inutil şi dăunător. Învăţ să am încredere în mine însumi şi în viaţă pentru a înlătura acea grăsime protectoare. Îmi exprim emoţiile liber şi învăţ să mă iubesc aşa cum sunt.

Accept↓♥ să merg înainte în viaţă fără să mai îmi fac griji pentru ceea ce spun sau cred ceilalţi despre mine. Trăind în funcţie de mine, îmi întăresc încrederea în mine, valoarea, iubirea faţă de mine însumi. Îmi regăsesc frumuseţea interioară şi corpul meu fizic se va modela natural după noua mea imagine. Îmi exprim mai mult bucuria şi **sprinteneala.**

517. GREAŢĂ SI VĂRSĂTURI *Vezi şi: SARCINĂ [AFECŢIUNI ALE...]*

Greaţa se defineşte ca un spasm nervos, care precede vărsăturile. Este o senzaţie de vomă, însoţită de o senzaţie de rău generală. Am un sentiment de durere faţă de o realitate care provoacă un deranjament în viaţa mea şi pe care aş vrea să o pot evita. **Greaţa** este un semn că simt un **dezgust** sau simt o aversiune faţă de un lucru, o persoană, o idee, o situaţie sau poate o emoţie, deoarece nu mă simt în siguranţă. Trăiesc fie revoltă, furie, frică, frustrare, fie neînţelegere faţă de acel aspect, care "îmi rămâne în **stomac**". Trebuie să **conştientizez** faptul că am absorbit ceva (din realitatea mea sau din fiinţa mea), care a creat dorinţa de a-l exprima imediat. Şi, dacă nu mă exprim prin cuvinte, îl voi manifesta prin **greaţă.** Când devine prea mult, când **ranchiuna** este prea mare, apar **vărsăturile**, deoarece am tendinţa de a manifesta fizic respingerea acelei situaţii, care mi se pare nedreaptă. Această respingere poate avea ca obiect ceva din exterior, dar poate fi, de asemenea, o parte din mine însumi, pe care aş vrea să o fac să dispară. Când **vomit**, refuz ceva sau pe cineva. Astfel evit să avansez şi să evoluez. Observ faţă de cine sau faţă de ce opun rezistenţă. Poate fi vorba despre unul dintre părinţii mei, pe care aş vrea să îl "scot din viaţa mea", pentru că, se pare că nu mai avem nimic în comun. Sau poate îmi este teamă că nu voi fi la înălţimea a ceea ce se va întâmpla în viaţa mea ? De ce refuz ceea ce este nou ? Oare mă simt forţat de ceilalţi să spun sau să fac ceva ? Pot să am o "strângere de inimă♥" văzând cât de neputincios mă simt să acţionez sau să îmi iau viaţa în propriile mâini. Este posibil să nu mai vreau să am o viaţă atât de superficială. Dacă **vomit bila,** acest lucru indică faptul că există o situaţie, pentru moment, insuportabilă şi m-am săturat să fac concesii în viaţă. Începutul **sarcinii** poate fi, de obicei, însoţit de **greţuri**, care, în acest caz, semnifică faptul că, trebuie să accept↓♥ schimbările pe care copilul le va aduce în viaţa mea. Oare refuz copilul sau există o parte în mine (neputinţa, nesiguranţa etc.) pe care vreau să o neg ? Am destulă forţă pentru a avea grijă de acest copil ? Fiind stăpân pe viaţa mea, pot să îi transmit copilului aceleaşi valori.

Îmi redobândesc liniştea şi accept↓♥ să îmi diger emoţiile şi conflictele, pe care acest eveniment le produce în viaţa mea. Învăţ să accept↓♥ fiecare parte a

personalităţii mele. Am încredere în viaţă şi în viitor. Întotdeauna am libertatea de a alege. Când fac ceea ce îmi place, nu e nevoie să opun rezistenţă. Las să vină spre mine toate lucrurile frumoase pe care viaţa mi le oferă.

518. GREUTATE (exces de...) *Vezi şi: GRĂSIME*

Excesul de grăsime pe care corpul meu o înmagazinează între interior şi mediul exterior, indică faptul că, inconştient, vreau să mă izolez faţă de comunicarea cu exteriorul sau că există o emoţie sau un sentiment închis, "izolat" în mine, pe care nu vreau să îl văd. Prin **obezitate**, caut **o formă de protecţie** pe care o acumulez tot timpul în gândurile mele. Există o prăpastie între mine şi lumea exterioară. Vreau atât de mult să iubesc şi să mă apropii de oameni, dar îmi este atât de frică ! Îmi ascund astfel nesiguranţa de a fi expus, de a fi vulnerabil, evitând astfel să fiu rănit de obervaţiile, de criticile sau de situaţiile care mi se par inconfortabile, mai ales cele legate de sexualitatea mea. Dacă am trăit o situaţie traumatizantă legată de sexualitate (doar mi-a fost frică sau chiar s-a întâmplat ce va, la nivel fizic) acest lucru se manifestă, în cazul în care sunt **femeie**, printr-o luare în greutate la nivelul coapselor şi al şoldurilor, pentru a-mi "proteja" organele genitale de o agresiune. **Bărbatul** are tendinţa de a se îngrăşa în zona abdomenului, pentru ca astfel, organele genitale să fie mai puţin vizibile. Poate fi vorba despre orice situaţie, nu neapărat legată de sexualitate, în care mă simt **agresat**. Sau **excesul de greutate** se poate interpreta şi ca o dorinţă de a poseda totul. Am emoţii şi sentimente (precum egoismul) pe care refuz să le ignor. Mă agăţ de trecut. Poate fi vorba, de asemenea, de un dezechilibru, de o revoltă faţă de cei din jurul meu, o reacţie la gesturile, la situaţiile pe care nu mai vreau să le văd sau de care nu mai vreau să îmi amintesc. Hrana terestră reprezintă, de asemenea, o hrană emoţională. Astfel, voi mânca în exces pentru **a umple un gol interior**, am impresia că am fost **abandonat** sau mănânc pentru a compensa singurătatea şi izolarea pe care le trăiesc. Rămân, inconştient, într-o dependenţă, am nevoie de celălalt. Vreau să ascund ruşinea şi agresivitatea pe care le trăiesc faţă de o situaţie. Uneori prefer să dispar, pentru a nu mai suferi. Urăsc lucrurile **imponderabile** din viaţa mea, precum şi toate lucrurile care îmi sunt **impuse**. Totuşi, simt eu însumi nevoia de a mă **impune**, pentru a mă afirma sau pentru a-i speria pe ceilalţi, care astfel pot să plece şi să mă lase în pace. Este posibil să trăiesc o mare nesiguranţă, atât pe plan afectiv, cât şi material şi, inconştient, am nevoie să fac provizii pentru a evita o "penurie" sau o "lipsă", care ar putea surveni. Vreau "să am de toate" în caz că se întâmplă ceva... Această lipsă poate a fost trăită în copilărie, mai ales, în relaţie cu mama, cea care era legătura mea directă cu hrana şi cu supravieţuirea (alăptatul). Dacă **un bebeluş are un surplus de greutate**, înseamnă că mama îl hrăneşte prea mult. Copilul poate dezvolta un reflex de a cere tot timpul, ca şi cum nu ar fi sătul niciodată. Mama are dorinţa, chiar inconştientă, de a rămâne în fuziune cu bebeluşul şi acestuia îi va fi greu, mai târziu, să se detaşeze de mama lui. **Obezitatea** se dezvoltă, de multe ori, după un şoc emoţional puternic sau o pierdere importantă, iar golul interior devine prea greu de **suportat**. Mi-am pierdut **conţinutul**. **Trăiesc un**

sentiment puternic de abandon, un gol interior. Mă simt vinovat de plecarea sau de pierderea unei fiinţe dragi. Sentimentul de **abandon** poate fi trăit în relaţie cu o persoană, dar şi faţă de ceva mai abstract, de exemplu, o afacere pe care a trebuit să o **abandonez,** la care a trebuit **să renunț,** din motive personale. Am fost nevoit să **abdic** şi acest lucru îmi sfâşie **inima♥.** A trebuit să **abandonez** un proiect care îmi era drag (de exemplu, acela de a avea un copil) şi mă consider **laş** sau perdant. Pot avea, de asemenea, impresia că mi-am pierdut controlul asupra unei situaţii sau o persoane. Nu mai sunt conectat cu **materia.** Am impresia că "nu am destulă greutate" într-o anumită situație. Îmi caut un scop în viaţă, încerc să "fac ceva bun". Îmi este greu să mă poziționez, prin vorbele mele şi prin gesturile mele. Astfel încât, fac acest lucru, ocupând mai mult loc cu corpul meu fizic. În plus, **mă devalorizez cu privire la aspectul meu fizic:** o mică "imperfecţiune" sau câteva kilograme în plus, vor lua în ochii mei proporţii uriaşe şi nu îmi voi mai vedea şi aprecia calităţile fizice.

Dacă îmi concentrez toată atenţia, pe ceea ce este "dizgraţios", corpul meu va reacţiona, adăugând încă mai multă **greutate**, pentru a mă face să îmi dau seama, cât de sever sunt cu mine însumi şi cât de mult mă distrug, doar prin gândurile mele negative. Faptul de a face sport sau a ține un regim, nu va fi suficient pentru a slăbi, deoarece trebuie să **conştientizez** adevărata sursă a **excesului meu de greutate**, care constă, de obicei, într-o situaţie de **abandon.** Fie că sunt copil, fie că sunt adult, **conştientizez** faptul că, mă resping eu însumi. Este posibil să am impresia **de a mă simți limitat** în diverse aspecte din viaţa mea sau legat de proiectele mele. Acest sentiment, de a fi limitat, îmi determină corpul să se extindă, prin excesul de grăsime. Dacă sunt o persoană care **acumulează gânduri, emoţii sau lucruri**, corpul meu va "acumula" și el, dar sub formă de grăsime. Trebuie să mă întreb care sunt beneficiile pe care le trag din faptul de a avea un susplus de **greutate.** Care sunt activităţile pe care le pot evita astfel şi care mă sperie ? Care sunt persoanele de care mă îndepărtez astfel? Am impresia că am mai puţin control sau mai puţină putere, în anumite aspect din viaţa mea şi îmi convine acest lucru, deoarece am mai puţină responsabilitate şi astfel mă implic mai puţin, la nivel personal ? Un alt aspect important, care trebuie luat în considerare este: care este pericolul care mă pândeşte, dacă ajung la **greutatea** mea ideală ? De exemplu, în cazul unei femei care, o dată ce a pierdut din **greutate**, va deveni mai atrăgătoare în ochii bărbaţilor şi se va afla frecvent în situaţii în care va trebuie să refuze avansurile acestora. Astfel se va simţi în pericol de a-şi pierde libertatea, spaţiu vital, va trebui să înveţe să se afirme, ceea ce poate fi foarte dificil, în anumite cazuri. Faptul de a fi atrăgătoare poate, de asemenea, atrage stereotipul "are corp frumos, dar nu are nimic în cap", de unde teama de a nu fi considerată inteligentă. Prin urmare, dacă creierul meu a detectat un pericol legat de faptul de a pierde din **greutate** şi de a avea o **siluetă** frumoasă, imediat ce corpul meu se află în situaţia de a apela la rezervele sale de grăsime, este tras un semnal de alarmă pentru a neutraliza ceastă nevoie. Pot simţi o scădere de energie, deoarece toate eforturile corpului sunt folosite pentru a-şi păstra **greutatea** stabilă sau chiar pentru a o creşte, dacă este nevoie. Corpul meu **se opune,** la fel ca mine, în anumite situaţii din viaţă. **Greutatea** este de multe ori legată de noţiunea de forţă. Cineva care are o greutate mai mare este considerată o persoană "puternică" sau "voinică". Am impresia că trebuie să fiu puternic pentru a supravieţui şi a reuşi în viaţă? Trebuie să am un fizic mai impunător, pentru a mă impune în relaţiile mele şi a alunga "prădătorii"? Aceasta este metoda mea de a acţiona, pentru ca oamenii să mă vadă, să mă observe mai uşor, altfel aş trece neobservat ? Sau vreau să creez o "contra-greutate" într-o situaţie care pare dezavantajoasă, pentru mine ? Sau poate, cred că opinia mea nu are "destulă greutate" într-o anumită situaţie. Dacă surplusul meu de greutate se datorează unui "**metabolism lent**", siguranţa mea mă face să fiu foarte prudent, ceea ce mă împiedică să acţionez.

Accept↓♥ să îmi exprim emoţiile, să îmi recunosc valoarea şi toate posibilităţile mele. Acum ştiu că, golul pe care am impresia că îl trăiesc în viaţa mea, poate fi umplut cu **iubire** şi cu sentimente pozitive faţă de mine. Prin faptul de a mă accepta pe mine şi ai accept pe ceilalţi şi cu **iubirea** de care mă înconjor, mă voi elibera de această durere şi de nevoia de protecţie.

519. GRIPĂ *Vezi şi: CREIER — ENCEFALITĂ, STRĂNUT, FEBRĂ, MUŞCHI, RESPIRAȚIE, REPIRAȚIE [BOLI DE...], CAP [DURERE DE...]*

Gripa defineşte o stare cauzată de un virus care produce febră, frisoane, dureri de cap, dureri muşchiulare, strănut, dificultate respiratorie etc. **Gripa** îmi poate afecta corpul mai puternic decât o răceală şi mă obligă să stau în pat pentru o perioadă.

Fiind o boală infecţioasă, **gripa** este legată de furie, este un semn că nimic nu mai funcţionează cum trebuie ! E momentul să mă întreb pe cine sau pe ce anume sunt furios ? Simptomele cele mai frecvente indică mai mult ceea ce trăiesc în prezent: febra este legată de furie, strănutul de critici, de faptul de a vrea să scap de cineva sau de ceva etc. Adeseori este vorba despre o situaţie conflictuală pe plan familial: s-a spus ceva sau a existat o situaţie pe care "nu o pot înghiţi" deoarece au fost depăşite anumite reguli sau limite. A existat o ceartă în care aveam impresia că spaţiul meu vital a fost violat sau că riscam să pierd ceva sau pe cineva, care îmi aparţinea. Infleunţa anumitor persoane din anturajul meu mă poate face să mă îndoiesc de judecata mea sau de capacitatea mea de a îndeplini anumite sarcini. Dacă este vorba despre membrii familiei, este cu atât mai greu pentru mine, deoarece am încercat toată viaţa să îmi construiesc propria personalitate, detaşându-mă de familie. Deoarece vreau to timpul să obţin aparecierea lor (mai ales a părinţilor mei), pot deveni confuz faţă de cine sunt cu adevărat şi ce alegeri am de făcut. Am impresia că sistemul meu de apărare natural a dispărut. Mă deranjează o persoană care reprezintă un fel de autoritate pentru mine. Multe cazuri de **gripă** sunt atribuite credinţelor înrădăcinate în societate şi fricilor. De exemplu: "Mi-a fost atât de frig astăzi ! Sigur o să mă îmbolnăvesc de gripă !" Trebuie să mă întreb de ce am **gripă.** Oare pentru că am nevoie de odihnă sau de o pauză ? Mă oblig să stau în pat pentru a nu îmi îndeplini responsabilităţile la muncă sau în familie ?

Am o încredere scăzută în mine, mă las influențat de ceilalți și poate chiar invadat.

Virusul gripal face la fel și se infiltrează în corpul meu, deoarece sistemul meu imunitar este "slăbit" de "slaba" mea stimă față de mine. Sunt într-o situație în care mă opun, deoarece fac eforturi mari în viața de zi cu zi și am nevoie să mă odihnesc. **Gripa** poate apărea, de asemenea, într-o situație în care am trăit o mare dezamăgire, o decepție sau o frustrare care mă determină să nu mai simt ceea ce se întâmplă în jurul meu (am nasul congestionat) sau să nu mai simt o persoană și am o respirație dificilă. Totuși, febra îmi eliberează corpulde toxinele care nu au cum să iasă altfel.

Accept↓♥ să îmi exprim emoțiile și să las să îmi curgă lacrimile pentru a-mi decongestiona întreg corpul și pentru a lăsa armonia să se instaleze.

520. GRIPA AVIARĂ *Vezi și: GRIPĂ*

Gripa aviară sau gripa găinilor este extrem de contagioasă pentru anumite păsări și poate fi transmisă oamenilor (virusul (A (**H5N1**)). Simptomele sunt asemănătoare cu cele ale gripei obișnuite, dar mult mai grave. Dacă mă îmbolnăvesc de această **gripă**, mă găsesc într-o situație în care sunt prins, într-un mediu care nu îmi convine deloc. Trebuie să devin "rece", să mă închid pentru a nu mai simți toată durerea și suferința pe care le trăiesc. Prefer să fac pe struțul și să mă ascund "sub aripa mamei". Sunt "mândru ca un cocoș" și ceilalți își vor arăta enervarea, înainte ca eu să mă scuz sau să iert vorbele sau gesturile cuiva. Trăiesc într-o societate cu care nu sunt de accord, care mă sufocă, mă face agresiv. Am devenit antipatic, intransigent și atac imediat persoanele care îmi încalcă libertatea, care îmi distrug spațiul vital. Nu mă simt suficient de puternic pentru a combate situația în care mă aflu și plâng pentru tot ceea ce refulez de mult timp, chiar de ani întregi.

Accept ↓♥ să las la o parte toate ideile mele preconcepute. Îmi vindec vechile răni, încetez să îmi plâng de milă și accept să împărtășesc lucrurile frumoase din viață. Sunt mai deschis față de lume, cu discernământ, fără să îi judec pe ceilalți. Îmi fixez limitele, mă respect pe mine și îi respect pe ceilalți. Astfel îmi recapăt locul care mi se cuvine.

521. GRIPA SPANIOLĂ *Vezi: CREIER — ENCEFALITĂ*

522. GURĂ (în general) *Vezi și: GINGII*

Gura reprezintă deschiderea spre viață și mă ajută să intru în contact cu mama, când mă hrănește la sân. Este un organ senzorial sensibil și selectiv. Este poarta de intrare pentru mâncare, aer și apă. Datorită ei pot vorbi (buze, limbă, corzi vocale), pot comunica și exprima emoțiile și gândurile mele. Este un soi de punte între mine și interiorul meu și universul din jurul meu (realitatea). Simbolizează intimitatea mea, spațiul meu vital. **Gura** este manifestarea personalității mele, a poftelor mele, a dorințelor mele, a așteptărilor mele, a trăsăturilor mele de caracter, a plăcerilor vieții. Prin ea pot fi deschis la tot ceea ce este nou: senzații, idei și impresii. Astfel, gura reprezintă o cale cu dublu sens, iar dificultățile pe care le trăiesc au, de asemenea, un dublu aspect: interior și exterior. Este interesant de observat faptul că, modul în care mestec alimentele reflectă felul meu de a fi. Dacă înghit alimentele, fără să le mestec, sunt impulsiv și nu țin cont de detalii. Dacă, din contră, mestec foarte mult, sunt perfecționist, acord o importanță mare detaliilor. Astfel, pot avea impresia că pot controla situațiile din viața mea. Nu mai gust viața: o desfac în mii de bucățele și mă gândesc tot timpul la trecut. Atunci când mănânc cu înghițituri mari, îmi asum multe responsabilități. Pot avea mai multe proiecte în același timp. Înghițiturile mici indică o teamă de a avea prea multe sarcini de îndeplinit, pe care le consider dificile pentru mine.

Accept↓♥ să mănânc încet, să gust alimentele pentru ca astfel să pot gusta viața și bucuriile ei.

523. GURĂ (afecțiuni ale gurii...) *Vezi și: CANCER LA GURĂ, ȘANCRU [ÎN GENERAL], HERPES [... BUCAL]*

Gura este poarta aparatului digestiv și al căilor respiratorii pe unde accept↓♥ să las să intre tot ceea ce este necesar pentru existența mea fizică (apă, mâncare, aer), emoțională și senzorială (stimuli, dorințe, gusturi, pofte, nevoi etc.) Afecțiunile care pot apărea la **gură** indică faptul că am o anumită îngustime de spirit, că am idei și opinii rigide și am o dificultate de lua și de a "**înghiți**" tot ceea ce este nou (gânduri, idei, sentimente, emoții). Există o situație pe care nu o pot "înghiți": cuvinte auzite, care m-au deranjat sau m-au rănit sau cuvinte pe care aș fi vrut să le aud și care nu s-au spus.

Mă afectează inegalitățile și dizarmonia din relația dintre părinții mei. Vreau să răspund, să le dau o replică, dar nu fac acest lucru, deoarece mă simt rău în această situație sau pur și simplu, nu profit de ocazia potrivită. Rămân "prins" cu tot ceea ce am de spus. Gesturile sau vorbele celorlalți, care mă rănesc și cărora aș fi vrut să le răspund, dar nu am avut ocazia, pot provoca afecțiuni ale gurii. Există o confruntare între mine (ceea ce spun eu) și cei din jurul meu (felul în care primesc ceea ce spun). Îndrăznesc să spun lucrurile pe care le trăiesc, cu riscul de a pierde **iubirea** celorlalți sau sunt capabil să mă respect în ceea ce sunt și să îndrăznesc să mă arăt, așa cum sunt, celorlalți ? Poate mă simt neînțeles, deoarece nu știu cum să ***comunic***. Corpul meu transmite mesajul că, pot transmite idei nesănătoase, prin intermediul gurii, că trebuie să îmi schimb atitudinea față de mine însumi și față de ceilalți. Exemplul tipic este **șancrul** sau **ulcerul bucal** (herpesul), care apare de obicei în urma unui stres sau a unui traumatism în timpul sau după o perioadă de stres intens sau după o boală. Acesta indică viziunea mea tristă și nervoasă asupra realității. Simt o iritație față de ceea ce mi-au făcut sau mi-au spus ceilalți. Ceva sau cineva mi-a lăsat un gust amar în gură, care mă afectează încă. Sunt tulburat și nu știu cum să reacționez. Mă simt blocat, mă simt prins în acea situație neplăcută, pe care o tot analizez de mult timp și am nevoie să îmi recapăt libertatea, să spun ceea ce am de spus, chiar cu riscul de a nu fi pe placul celorlalți, pentru că în prezent mă simt invadat din toate părţile. Poate "am o foame" de **iubire**, de afecţiune, de cunoaştere, de spiritualitate, de libertate etc. Dacă am impresia că, lucrurile de care am nevoie nu sunt accesibile sau nu se pot realiza, **gura** mea va reacţiona la senzaţia de lipsă pe care o simt. Dacă apar **crăpături** la colţurile gurii, este un semn al unui conflict interior între a fi protejat de ceilalţi sau a mă poziţiona şi a-mi asculta propria mea autoritate, vocea mea interioară ? Pot să mă simt frustrat, tensionat, agresiv, pentru că nu îndrăznesc să îmi afirm dezacordul. Dacă am gura uscată, am tendinţa de a fi neliniştit şi prefer să evit realitatea. Mă separ de corpul meu şi de emoţiile mele. Având gura uscată, evit astfel să înghit lucrurile care nu îmi plac. Sunt multe lucruri care îmi displac în viaşă şi nu mai gust plăcerile vieţii. Gura încărcată indică faptul că activităţile cotidiene îmi sufocă bucuria de a trăi şi pofta de a realiza proiectea noi. O afecţiune a articulaţiilor temporo-mandibulare (care pocnesc, de exemplu) scoate în evidenţă frica mea de a-i contrazice pe ceilalţi, mai ales pe cei cu autoritate. Evit orice confruntare şi prefer să îmi refulez lacrimile. Dacă îmi rod interiorul obrazului, încerc să scap de un lucru de care îmi este ruşine.

În loc să trăiesc cu teama că cineva îmi face rău, accept↓♥ să am încredere în forţa mea interioară şi în capacitatea mea de a găsi soluţii în orice situaţie. Începând de acum, mă poziţionez şi sunt deschis şi flexibil la noutate, la armonie. Muşc cu poftă din viaţă. Îmi accept tandreţea, blândeţea şi mă exprim cu încredere.

524. GURĂ — AFTĂ

Afta este o leziune superficială pe mucoasa bucală, caracterizată printr-o mică protuberanţă albă, uneori cu o margine roşie, care poate apărea şi pe mucoasa genitală.

Este asociată cu o febră, care nu se exprimă. Apare deoarece reacţionez uşor (sunt sensibil) la cei din jurul meu, la "vibraţiile" lor, la contextul unei situaţii. Sufăr în tăcere, cu gura închisă. Afta poate indica, de asemenea, faptul că îmi este greu să **prind rădăcini** şi că nu reuşesc să mă exprim, să spun ceea ce cred şi chiar să reacţionez, deoarece cred că nu am puterea să fac acest lucru. Nu mă simt capabil să fac lucruri importante. Nesiguranţa mea mă face să fiu "mut" faţă de ceea ce trăiesc, ştiind că dacă spun unele lucruri, se pot produce schimbări majore în viaţa mea sau se pot întoarce împotriva mea.

Simt că am ceva ce mă arde în gură, dar nu pot scoate afară acel lucru. Sau am simţit o viclenie, la care nu am putut răspunde. Ca şi cum aş fi obligat să diger acel lucru! Poate fi vorba despre ceva ce am trăit legat de sexualitatea mea. Este posibil ca, în copilărie, să fi trăit o situaţie în care m-am simţit stânjenit şi în care nu am putut reacţiona. Iar dacă astăzi retrăiesc o situaţie asemănătoare, îmi voi aminti acea situaţie, chiar dacă inconştient şi astfel pot apărea aftele. Cuvintele mele sunt fără efect şi incomplete deoarece sunt nervos. Rămân tăcut, fără ca măcar să mă gândesc să mă revolt! Şi totuşi, nu mai suport, am ajuns la capătul puterilor. Sensibilitatea mea fiind foarte mare, port tot felul de măşti, joc teatru, de teamă că voi intra în contact cu emoţiile mele profunde. Sunt anxios şi iritat. Pot să mă culpabilizez, lucru care duce la diminuarea respectului faţă de mine. Aş vrea mult să fac o mulţime de lucruri, dar nu reuşesc. **Conştientizez** faptul că, de obicei, refuz orice idee nouă, chiar dacă aceasta ar putea aduce schimbări pozivite în viaţa mea. Dacă trăiesc o nedreptate, dezgust sau o insatisfacţie ascunsă (în gură), dacă vreau să "îmi golesc inima♥", pot face acest lucru fiind deschis şi în armonie cu mine însumi. Trebuie însă să îmi aleg cuvintele: pentru că risc să spun cuvinte grele, false, care vor să distrugă. Am responsabilitatea de a mă exprima fără violenţă, altfel acea violenţă s-ar putea întoarce împotriva mea. Iar pentru că aftele sunt foarte dureroase, imediat ce deschid gura pentru a spune ceva, simt durerea.

Dacă vreau ca situaţia să nu se agraveze, accept↓♥ să mă exprim deschis şi calm, începând de acum. Înlocuiesc culpabilitatea cu încredere în capacităţile mele de adaptare, în înţelegerea mea, în intuiţia mea, pe care o ascult tot mai mult. Astfel îmi potolesc emoţiile şi felul în care le exprim.

525. GURĂ — HALENĂ (respiraţie urât mirositoare...) SAU HALITOZĂ *Vezi şi: GINGII— GINGIVITĂ, GÂT [DURERE DE...], NAS [AFECŢIUNI ALE...]*

Halena, denumită şi **halitoză**, este consecinţa directă a dificultăţii mele de a trata, pe plan interior şi exterior, situaţiile pe care le trăiesc. Această dificultate poate proveni din faptul că îmi păstrez ideile pe care nu le exprim şi care putrezesc în loc să iasă afară.

Dificultatea poate proveni şi din faptul că nu reuşesc să mă decid, în perioadele de schimbări importante din viaţa mea şi ideile vechi stragnează prea mult timp, comparativ cu rapiditatea schimbărilor pe care le trăiesc. Verific până unde pot controla situaţiile din viaţa mea. am impresia că trebuie să fac ceva împotriva voinţei mele ? Sau împotriva convingerilor mele? Este important să comunic cu persoanele în cauză, pentru a le împărtăşi emoţiile mele şi a scăpa de halenă. Halena poate avea legătură şi cu gânduri legat de dezgust, de ură, de răzbunare, pe care le am împotriva mea sau a altora sau a vieţii însăşi, gânduri de care îmi este ruşine. Mă opun foarte tare acestor gânduri şi otrava pe care o produc se exteriorizează prin respiraţia urât mirositoare, care persistă până când îmi eliberez emoţiile negative şi elimin gândurile de răzbunare. Ce gânduri, care mă rod pe dinăuntru, îmi pot infecta respiraţia ? Uneori, este vorba de gânduri inconştiente. Există ceva pe cale de a putrezi, în interiorul meus au într-o situaţie care implică o altă persoană. Când acestea i se întâmplă des, ar fi bine să îi spun, pentru ca ea să poată conştientiza şi rezolva acea problemă, care poate persista de mai mult timp. Ştiind despre ce este vorba, va avea ocazia să experimenteze iertarea faţă de sine însuşi, pentru că a întreţinut gânduri negative faţă de o altă persoană, pentru că a avut resentimente faţă de aceasta. Este important să nu uit că, atunci când **iubirea♥** şi sinceritatea vor fi fundamental gândurilor mele, respiraţia mea va deveni proaspătă.

Accept↓♥ să mă eliberez de gândurile nesănătoase din trecut. Respir prospeţimea gândurilor pozitive, pline de **iubire♥** faţă de mine şi faţă de ceilalţi.

526. GURĂ — CERUL GURII, PALAT

Cerul gurii (palatul) este plafonul osos al cavităţii bucale. Are un rol important în pronunţie şi în deglutiţie. Este afectat atunci când cred că am primit ceva (de exemplu un nou loc de muncă) dar acel lucru mi-a fost luat mai târziu şi pentru mine, este o situaţie foarte dificilă. Simt o frustrare puternică şi o mare dezamăgire, deoarece credeam că acel lucru era al meu, dar mi s-a luat înapoi. Sau poate aveam impresia că fac parte dintr-o familie sau dintr-o organizaţie, dar cineva mi-a luat locul. Ca şi cum **palatul** meu nu ar fi destul de încăpător pentru a păstra în el tot ceea ce am cucerit, am dobândit. Nu am acces la ceea ce îmi place (un lucru sau o persoană). Am impresia că sunt pedepsit în urma unui gest urât pe care l-am făcut. Trăiesc o mare nedreptate. Mă afectează o situaţie, deoarece sunt în conflict cu legile, cu autoritatea.

Trebuie să **accept↓♥** să mă întreb de ce s-a întâmplat acel lucru. Poate aveam prea multe aşteptări ? Trebuie să fac eforturi pentru a recâştiga ceea ce credeam că am pierdut sau poate este mai bine aşa ? Acestea sunt întrebările pe care mi le pot pune, pentru a fi din nou în armonie şi pentru ca afecţiunile din cerul gurii să se vindece.

527. GUŞĂ *Vezi: GLANDA TIROIDĂ — GUŞĂ*

528. GUST (tulburări ale gustului) *Vezi şi: GÂT, LIMBĂ, NAS*

Ageuzia este pierderea totală sau parţială a **simţului gustativ**. De obicei se asociază şi cu pierderea mirosului. Oare mai am încă poftă să continui ceea ce am de făcut ? Ce am de schimbat în situaţia pe care o trăiesc ? Nu vorbesc despre acest lucru, chiar dacă am sentimentul că pierd noţiunea a ceea ce sunt. Pot avea impresia că trebuie să înghit o situaţie, pe care o consider dezgustătoare: deoarece nu am de ales, mai bine să nu fac nimic. Este un mecanism de apărare care mă ajută să fug de situaţiile dezagreabile şi să scap de natura mea profundă, de emoţiile mele. Mă protejez de ceilalţi şi, în acelaşi timp, mă deconectez de la mine însumi, de corpul meu, de simţurile mele. Nu mai sunt în contact cu mine însumi şi cu lumea din jurul meu. Îmi micşorez sau îmi neutralizez simţul gustativ, pentru a mă proteja.

Accept↓♥ să gust viaţa, să îmi dau voie să am experienţe noi, să simt în sfârşit că trăiesc şi să las să mi se vadă strălucirea. Am încredere în corpul meu şi în natura mea profundă. Am dreptul de a mă afirma şi de a spune NU dacă nu îmi convine o anumită situaţie. Mă respect tot mai mult şi ceilalţi mă vor respecta la rândul lor !

529. GUTA *Vezi şi: ACIDOZĂ, CALCULI RENALI*

Guta este o boală metabolică caracterizată prin acumularea de acid uric în organism, care se manifestă prin articulaţii inflamate şi dureroase, mai ales articulaţia degetului mare de la picior şi uneori litiază renală (calculi renali). Atinge şi articulaţiile de la mâini, încheietura mîinii, degete, genunchi, glezne şi uneori, coate. Acumularea de acid uric simbolizează faptul că reţin emoţiile negative, care în mod normal, ar trebui eliminate prin urină. Am nevoie de spaţiul meu vital, de singurătate, dar îi las pe cei din jur să mă invadeze. Mă simt împins de la spate. În cazul unor animale, modul lor de a-şi marca teritoriul este acela de a urina în acel loc, pentru a stabili graniţele, o barieră (de exemplu, în cazul pisicilor). Este modalitatea lor de a arăta celorlalţi care este locul ce li se cuvine. Făcând o analogie cu oamenii, ştiu că urina (lichidul) reprezintă emoţiile mele. Dacă nu le pot exprima, se produce un prea-plin de emoţii, adică un prea-plin de lichid în interiorul corpului meu. Emoţiile din acest caz sunt frustrările, decepţiile mele şi neputinţa de a-mi afirma limitele, zona mea de intoleranţă, deoarece vreau să fiu "băiat bun" sau "o fată bună" în ochii celorlalţi. Vreau să nu fiu criticat, judecat şi, prin urmare, tac. Cât de mult mă **dezgustă** acest lucru ! **Guta** indică o ezitare între plăcere şi datorie, iar dacă sunt ţinut la pat, nu mai trebuie să fac nicio alegere. Mă simt "prins în trecut" şi îmi este greu să privesc spre viitor. Corpul meu devine rigid, la fel ca şi gândurile mele şi atitudinea mea faţă de mine şi faţă de ceilalţi. Faptul de a fi agăţat de trecut mă împiedică să avansez, deoarece, pentru că mă simt prins, nu ştiu în cedirecţie să merg. Mă "înec în suferinţă". Pot arăta multă nerăbdare atunci când lucrurile nu se întâmplă aşa cum vreau eu. Am nevoie să **domin**, să îmi **controlez** în totalitate viaţa, lucru care uneori poate fi foarte dificil. Pot ajunge la extrema cealaltă, devin impacientat şi coleric şi încerc să îi domin pe ceilalţi, crezând că acest lucru va aduce un echilibru în viaţa mea. **Guta** apare la o persoană foarte ambiţioasă şi rigidă sau, din contră, la o persoană care nu are niciun scop, niciun entuziasm faţă de viitor. Am ambiţii foarte limitate şi nu trebuie să îmi cer prea mult. Dacă fac prea mult efort, guta va "exploda". Aşa că, sunt cuprins de disperare. **Guta** indică faptul că vreau să îmi ascund emotivitatea, sensibilitatea şi vreau să par puternic. Nesiguranţa mă face să devin posesiv, să mă simt dat la o parte şi neintegrat în familie sau în comunitate etc. Vreau să reţin totul. Am o nevoie atât de mare de a-mi demonstra valoarea, ceea ce sunt capabil ! Mă simt vulnerabil faţă de propriile mele emoţii şi sunt intransigent faţă de ceea ce eu consider negativ, rău sau greşit. **Degetul mare de la picior** este afectat atunci când simt că mă prăbuşesc, în urma unei veşti care îmi afectează puternic viaţa, pe plan existenţial. Iar pentru că, **guta** apare de obicei la bărbaţii de vârstă matură, poate este cazul să învăţ, dacă sunt afectat, să îi las pe ceilalţi în pace, în loc să îi controlez, să fiu mai flexibil faţă de mine însumi şi faţă de ceilalţi, în loc să fiu rigid. Nu voi mai avea nevoie de un conflict interior între plăcere şi datorie: sunt "obligat" să fiu inactiv şi să apreciez o odihnă binemeritată !

Este important pentru mine să las să intre mai multă **iubire♥** în mine, pentru a echilibra şi a elibera emoţiile negative, dureroase, care mă rănesc şi mă înfurie, pentru a-mi regăsi libertatea de mişcare şi starea de bine.

Accept↓♥ faptul că toate emoţiile pe care le am fac parte din ceea ce sunt şi trebuie să le accept↓♥ pentru a mă ajuta să înţeleg sensul pentru care există în mine. Exprimându-le, voi descoperi cu adevărat cine sunt, sunt în contact cu puterea mea interioară şi pot să mă detaşez de persoanele de care mă agăţam înainte.

H

530. H.T.A (hipertensiune arterială) *Vezi: TENSIUNE ARTERIALĂ — HIPERTENSIUNE*

531. HALENĂ *Vezi: GURĂ —HALENĂ (RESPIRAȚIE URÂT MIROSITOARE)*

532. HALUCINAȚII *Vezi și: ALCOOLISM, DEPENDENȚĂ, DROGURI*

Când sunt epuizat fizic sau moral, pot să am un scenariu de idei negative, de multe ori false. Sau pot să pierd contactul cu realitatea, fără să fiu **conștient**, pot să mă detașez, corpul și sufletul meu se desprind unul de celălalt. Confruntat cu o realitate pe care nu vreau să o văd, îmi inventez o alta, chiar dacă este falsă și astfel mă izolez de lume. Astfel, îmi pot da dreptate și creez propria mea interpretare a realității, pe care nu vreau să o accept↓♥. Aceste interpretări, aceste lumi imaginare, create în întregine de mine însumi, pot să scoată la suprafață propriile mele frici. Poate îmi este frică de latura mea întunecată și negativă și am impresia că trebuie să mă apăr pentru a nu ieși la suprafață.

Halucinațiile pe care le văd și care mă sperie nu reprezintă decât părți ale personalității mele, pe care le neg, refuz să le văd. Mai devreme sau mai târziu, va trebui să le **conștientizez**, pentru a le putea schimba. Dacă neg cine sunt, mă îndepărtez de esența mea și nu sunt în contact cu realitatea mea interioară. Am impresia că viața trebuie să mă pedepsească deoarece nu sunt perfect. Am impresia că am o dublă personalitate: persoana pe care o iubește toată lumea și o alta, cea negativă, de care vreau să fug. Mă simt neputincios în fața acesteia. Pot avea **halucinații** atunci când nivelul meu de stress este foarte ridicat și am tendința de a-mi crea o povară prea grea.

Dacă, de exemplu, caut un act de care am absolut nevoie și a cărui pierdere ar însemna milioane de dolari, creierul meu ar putea crea o imagine a acelui document (ca o hologramă), care mi se va părea foarte reală și care, pentru câteva momente îmi va atenua stresul. Apoi, după ce îmi voi da aseama că a fost doar o **halucinație**, voi putea gândi mai limpede și voi putea cere să fiu ajutat să caut altundeva, în alte locuri, unde este posibil să găsesc acel act. Fără acea **halucinație** aş fi continuat să fiu "prizonier" în starea mea de stres: În ceea ce privește drogurile, acestea creează o stare de expansiune a conștiinței. Astfel, persoana în cauză poate experimenta dimensiuni la care, în mod normal, nu are acces. De ce iau droguri ? Fug de suferințele mele interioare pe care nu reușesc să le înfrunt fără ajutor ? Pot deveni dependent de orice fel de droguri. Acestea îmi pot da o stare de bine temporară, dar o dată ce mă "trezesc", adică revin la normal, nu va mai fi același efect. Și atunci unde mai pot căuta ? În mine. Nu pot pătrunde în interiorul meu decât cu **iubire**, prin evoluția mea personală și spirituală. Spiritualitatea poate, de asemenea, să mă elibereze de lanțurile trecutului și să îmi redea libertatea și autonomia. Este posibil ca, în urma unui accident, a unui stres puternic sau pur și simplu a dezvoltării mele personale și spirituale, cel de-al treilea ochi al meu să se deschidă tot mai mult și astfel să ajung să văd culori în jurul persoanelor, curenții de energie din spațiu sau prezențe translucide (non materiale) în jurul meu. Sau pot avea impresia că am **halucinații** mai ales pentru că, sensibilitatea mea este mai mare când am genul acesta de percepții.

Accept↓♥ să mă recentrez, să îmi reechilibrez corpul și sufletul. Astfel, voi avea încredere și voi fi înconjurat de **lumină** albă și aurie, știind că așa este în realitate, acesta este adevăratul "Eu". Accept↓♥ toate emoțiile care fac parte din ceea ce sunt, le privesc în față și le păstrez: mă pot ajuta să descopăr ce vreau să schimb în viață și să fac acțiunile necesare pentru a-mi materializa dorințele.

533. HAȘIȘ (consum de...) *Vezi: DROGURI*

534. HEMATOM *Vezi: SÂNGE — HEMATOM*

535. HEMATURIE *Vezi: SÂNGE— HEMATURIE*

536. HEMIPLEGIE *Vezi: CREIER — HEMIPLEGIE*

537. HEMORAGIE CEREBRALĂ *Vezi: CREIER — ACCIDENT VASCULAR CEREBRAL [A.V.C.]*

538. HEMOROIZI *Vezi și: ANUS, SARCINĂ, INFLAMAȚIE, INTESTINE— CONSTIPAȚIE, SÂNGE / SÂNGERĂRI / VARICE, TENSIUNE ARTERIALĂ — HIPERTENSIUNE*

Hemoroizii sunt varice, dialtări ale venelor. Sunt situați în zona anusului și a rectului. Deoarece pot apărea în cazuri de **constipație** și **sarcină**, voi verifica semnificația acestora și dacă trăiesc o situație sau mai multe din aceste descrieri. Când apare o **durere**, aceasta este în legătură cu un stres, când există **sângerări**, acest lucru semnifică o pierdere a bucuriei. De multe ori, **hemoroizii** pot apărea atunci când am o dificultate în relație cu mama: poate fi vorba despre un doliu neterminat sau dorința de a nu o vedea plecând. Pot avea o mare nevoie de ea, de sfaturile ei și situația actuală mă face să mă simt abandonat de ea. **Hemoroizii** indică o tensiune și o dorință interioară de a forța eliminarea, ca și cum aș vrea să fac să iasă ceva foarte tare și, în același timp rețin în mine acel lucru. Conflictul între a împinge și a reține creează un dezechilibru. Venele indică un posibil conflict emoțional între acțiunea de a respinge și de a împinge și acțiunea de a reține și de a bloca emoția în interiorul meu. De exemplu, un astfel de conflict poate apărea la un copil, care se simte abuzat emoțional de către părinții lui (pe care vrea să îi respingă) și care, în ciuda acestui fapt, îi iubește și vrea să rămână cu ei, îi reține. Există un conflict interior între sentimentul de pierdere și noțiunea mea despre **iubire**. Îmi pun sub semnul întrebării **identitatea** mea și **afilierile** față de familie, mai ales față de tatăl meu, munca mea, societatea în general. Am senzația că sunt doar un oarecare, printre mulți alții (fără un loc bine precizat), când de fapt știu, în adâncul meu, că sunt o ființă minunată, cu un loc unic în univers. Vreau să trăiesc în **anonimat** pentru o perioadă de timp ? Mă simt ca un **impostor** ? Aş vrea să mă **substitui** cuiva, să îi iau locul ? Sau, din contră, poate vreau să mă atașez prea mult de familia mea, de rudele mele de sânge, mai ales de mama. Nu știu cum să mă descurc cu criticile îndreptate la adresa mea, mai ales cele din partea partenerului meu. Există și alte cauze legate de **hemoroizi:** un sentiment intens de culpabilitate sau o tensiune mai veche neexprimată sau prost exprimată, pe care prefer să o păstrez pentru mine și pe care o trăiesc față de o persoană sau o situație care mă deranjează foarte tare. Corpul îmi transmite un semnal de alarmă. Există ceva în viața mea, care are nevoie de **clarificare,** deoarece mă **deranjează** acel lucru. Este ceva ce vrea să erupă, asemenea unui vulcan. Trăiesc mult stres, o încărcare cu presiune, de care mă simt vinovat. Poate trebuie să respect anumite termene și îmi este greu să mă relaxez, să am încredere și pot să mă simt obligat să îmi împlinesc obligațiile și responsabilitățile, chiar dacă ceea ce vreau este să îmi exprim nevoile pentru a îndrepta și a corecta anumite situații. Am impresia că sunt controlat și că trebuie să mă supun ? Trebuie să mă forțez într-o situație care nu îmi place și de care nu pot scăpa. Există o constrângere și resentimente de care aș vrea să mă eliberez. Nu trăiesc decât pe jumătate și aș vrea să fug, să evadez. Presiunea socială este uriașă ! În plus, port singur această povară, deoarece din cauza orgoliului, nu cer ajutor nimănui. Sau, este posibil să am un sentiment de supunere față de o persoană sau o situație, în care mă simt diminuat, ca și cum aș fi un "gunoi". Nu reușesc să mă poziționez și să îmi arăt creativitatea și sensibilitatea și cedez locul altcuiva. Trăiesc în **complezență,** deoarece, chiar dacă îmi caut identitatea și vreau să fiu diferit, vreau în același timp ca ceilalți să mă iubească.

Când găsesc cauza metafizică a afecțiunii mele, **conștientizez** și accept↓♥ această situație temporară, care mă va ajuta să găsesc ajutor pentru a mă elibera. Gândurile și acțiunile mele sunt susținute de **iubire.** Totul se armonizează în mine și **hemoroizii** dispar. Accept↓♥ să mă relaxez și îmi asum riscul de a examina ceea ce mă deranjează. Îmi reiau viața în propriile mâini și las să plece emoțiile negative care îmi fac rău. Stabilesc noi locuri în care să mă simt bine și liber. Sentimentul de neputință dispare și reiau stăpânirea destinului meu.

539. HEMORAGIE *Vezi: SÂNGE — HEMORAGIE*

540. HEPATITĂ *Vezi: FICAT — HEPATITĂ*

541. HERNIE

Hernia este o tumefacție a țesuturilor moi ale unui organ care iese prin peretele mușchilor, acolo unde există un punct slab. Poate fi vorba despre o tumoră formată de un organ care a ieșit, printr-un orificiu natural sau accidental, în afara cavității care îl conține în mod normal. **Hernia** este provocată de o presiune a țesutului moale de sub mușchi, când acesta este slab și puțin folosit. **Herniile** pot apărea în mai multe locuri.

Locul în care apare indică natura și mesajul acesteia. Herniile apar mai frecvent de-a lungul peretelui abdominal (**hernia peretelui abdominal**), pot apărea și inghinal, **hernia inghinală,** care face referire la un secret pe care îl port în mine și pe care nu îl dezvălui celorlalți și la dificultatea mea de a-mi exprima creativitatea. Îmi pun întrebarea: oare sunt satisfăcut pe plan sexual ? Încerc să răspund nevoilor celuilalt și uit de ale mele ?

La nivelul **diafragmei, hernia de diafragmă** (hiatală). Este legată de o furie, față de care mă simt neputincios, îmi ies din fire. **Hernia ombilicală,** care afectează și bebelușii are legătură, de obicei cu proasta cicatrizare a cordonului ombilical, după ce a fost tăiat.

Umflătura poate exprima, pentru bebeluș, refuzul de a părăsi pântecele confortabil al mamei sau refuzul de a se naște, iar ca adult, îmi este teamă să fiu controlat, influențat de un nou mediu de viață. **Hernia** poate reprezenta o dorință neexprimată de a mă rupe de o situație sau de o persoană, care nu îmi place și față de care am un angajament. Vreau să ies, să mă extrag dintr-o situație care a devenit intolerabilă pentru mine. Poate fi vorba de o ruptură în cuplu, provocată de mine sau de partenerul meu și pe care îmi este greu să o accept↓♥. Consider viața greu de suportat ? De ce să muncesc atât de dur ? Mă simt atât de slab... Am nevoie de sprijin, dar nu sunt pregătit să cer ajutor. **Hernia** poate exprima, de asemenea, o autopedepsire deoarece îmi port pică, mă simt neputincios sau incapabil de a realiza anumite lucruri. Astfel simt multă frustrare față de mine însumi, deoarece știu că mă raportez prea mult la ceilalți și nu țin cont de propriile mele nevoi. Răspund așteptărilor celorlalți: părinți, prieteni, patron, partener. Și unde sunt eu ? Prin controlul constrângerii mele, ating un nivel unde totul explodează sau face "implozie" în mine. Deoarece nu mi-am eliberat în exterior disperarea, aceasta trebuie să găsească un loc pentru a ieși. Peretele abdominal protejează organele interne și le păstrează la locurile lor. Prin urmare, **hernia la mușchiul abdominal,** poate fi legată de dorința mea de a-mi păstra lumea la locul ei, de a nu lăsa agresivitatea să se elibereze. Oare pot să o eliberez ? Poate mă simt vinovat pentru că mă aflu în această stare și mă simt forțat să merg mai departe sau încerc să îmi împlinesc scopul, într-un mod excesiv. Există o tensiune mentală, un stres care încearcă să țâșnească afară. Vreau să ies dintr-o stare sau dintr-o situație, care nu este plăcută și în care mă simt constrâns să rămân. Este vorba despre o formă de autopedepsire. Este momentul unui nou început.

Accept↓♥ să îmi exprim creativitatea. Acum îmi permit să fiu eu însumi și să mă exteriorizez liber. Trăiesc mai multă **iubire** pentru mine însumi și pentru ceilalți, deoarece știu "cine sunt". Îmi acord timp pentru a mă interioriza, pentru a fi singur și a vedea clar în viața mea și a ști încotro mă îndrept.

542. HERNIE DE DISC *Vezi și: SPATE [DURERE DE...], LUXAȚIE*

Un disc intervertebral este o structură rotundă și plată, situată între fiecare pereche de vertebre ale coloanei vertebrale, al cărei miez este asemănător cu o gelatină, care are rol de a amortiza, de a absorbi șocurile. În **hernia de disc** (sau disc deplasat) presiunea vertebrelor provoacă ieșirea acelui miez în spate, în canalul rahidian, reducând astfel efectul de amortizare și comprimă într-un mod dureros rădăcinile nervoase de la acel nivel. Într-o astfel de hernie, pe lângă semnificația generală a herniei, există și o relaxare anormală a lichidelor, care implică, pe plan metafizic, emoțiile. Există și durerea de la nervi, care implică energia mentală și culpabilitatea. Toate acestea indică un conflict puternic, care afectează toate aspectele ființei mele. În situația în care apare **hernia de disc**, există sigur un conflict legat de o **presiune**. Poate fi vorba despre presiunea de la nivelul responsabilităților mele familiale, financiare, profesionale etc. Este ca și cum aș exercita o presiune asupra mea depășindu-mi limitele, mă consider altcineva deoarece vreau să merg prea repede. Presiunea poate veni de la mine, de la ceilalți sau din altă parte. Iau responsabilitățile celorlalți în spatele meu. Am impresia că sunt singur în viață, îmi lipsește afecțiunea, nu mă simt sprijinit și ezit să mărturisesc acest lucru celorlalți și mai ales, mie însumi. Am sentimentul de a fi prizonier și indecis. Nu mă simt la înălțime, nu am încedere în mine. Am tendința de a trăi pentru ceilalți. Nu îmi permit să fac nicio greșeală. Mă prăbușesc sub greutatea responsabilităților. În loc să mă comporta cu blândețe față de mine, sunt foarte rigid. Îmi trăiesc viața ca un automat în loc să îmi las **inima♥** mea de copil să se bucure și să fie spontană. Deoarece totul este mecanic, foarte rațional, fără emoții, acest lucru determină dificultăți în relațiile mele interpersonale. Emoțiile mele sunt strivite în corpul meu și mă obligă să fiu foarte rigid. Mă revolt față de o situație, pe care o consider fără ieșire. Este important să găsesc semnificația pentru partea afectată a coloanei vertebrale, pentru a înțelege mai bine ce se întâmplă în mine. Învăț să fiu mai "suplu" față de mine și mă simt susținut de viață. Mă eliberez de toate culpabilitățile și de toată presiunea. Mă iubesc așa cum sunt. Fac tot ce pot mai bine și las restul în grija lui Dumnezeu. Învăț să am încredere și accept↓♥ faptul că mă pot susține eu însumi. Îi las fiecăruia responsabilitatea lui, astfel voi fi liber să-mi trăiesc viața conform propriilor mele valori existențiale. Nu mai trebuie să fiu "pe linia frontului". Pot fi doar spectator. **Conștientizez** faptul că, de fiecare dată când am căutat un răspuns sau un sprijin, am găsit confirmarea a ceea ce știam sau simțeam deja.

Accept↓♥ să îmi ascult vocea interioară, care este întotdeauna aici pentru a mă ajuta și a mă îndruma. **Învăț să am încredere în mine** și descopăr toată forța care se află în mine și fericirea mă va face să stau în picioare, liber și plin de încredere.

543. HEROINĂ (consum de...) *Vezi: DROGURI*

544. HERPES (... în general, ... bucal, ... labial) *Vezi și: GURĂ*

Herpesul este o erupție cutanată veziculară inflamatorie. Virusul este foarte contagios și afectează un procent mare din populație și, în plus, persistă în corp pentru tot restul vieții. Există ceva ce îmi otrăvește existența, o legătură între piele și sistemul nervos, care suferă: "de aceea mă doare". Virusul poate reapărea chiar și după ani de lipsă de activitate. Erupțiile provocate de virusul **herpes simplex (HSV)** afectează mai ales gura, buzele sau organele genitale. Există mai multe cauze ce pot determina **herpesul**. Poate fi vorba despre **frustrare** deoarece nu am reușit să îmi realizez anumite dorințe și mă simt "neputincios", "incapabil". Sau vreau să îndepărtez pe cineva, pentru a nu mă lăsa sărutat: judec acea persoană sau o pedepsesc. Am nevoie să mă retrag (atât în sens propriu cât și ăn sens figurat) pentru o anumită perioadă, deoarece presiunea este foarte puternică. Poate fi în legătură cu viața mea sexuală sau cu munca sau familia. Poate îmi port pică deoarece am spus cuvinte jignitoare și acum am tendința de a mă căi. A trebui să mă apăr și este posibil să regret vorbele spuse. Pot să judec foarte sever o persoană de sex opus și să generalizez apoi (de exemplu: "Toți bărbații sunt...") Toate sunt modalități de a păstra distanța față de ceilalți, deoarece regiunile unde apare **herpesul** sunt de obicei buzele și organele genitale, locuri importante pentru comunicarea personală, verbală sau afectivă, cu ceilalți. Ulcerațiile indică faptul că trăiesc o suferință emoțională și mentală (deoarece sunt implicate țesutul moale și fluidele), că trăiesc o durere interioară puternică, care vrea să iasă la lumină. Deoarece cu buzele îi sărut pe cei dragi (partener, copii, părinți etc.) **herpesul bucal** indică faptul că pot trăi o separare de cineva apropiat. Contactul de la nivelul buzelor a fost întrerupt dintr-un anumit motiv și **herpesul** poate apărea. Aveam unele proiecte, dar nu mai vreau să le realizez. Pentru mine este greu să îmi împărtășesc convingerile. Am impresia că ceilalți îmi controlează viața și nu îmi convine acest lucru. Când apare pe nas (foarte rar) **herpesul** indică faptul că pot să fiu furios deoarece cei din jurul meu cred despre mine că "îmi bag nasul peste tot". Erupțiile par a fi legat foarte strâns de stres și de situații conflictuale, mai ales când fac ceva împotriva voinței mele sau contrar sentimentelor mele interioare (de exemplu dacă am un raport sexual cu o persoană cu care nu vreau să fiu). **Herpesul** îmi poate transmite, de asemenea, mesajul că trăiesc o supărare, o slăbiciune față de viață, o lipsă de iubire de sine. Acest virus indică toate problemele legate de rușine, culpabilitate, compromis și de negare de sine, care sunt legate de sexualitate (observând partea corpului care este afectată voi putea găsi cauza). Trebuie să analizez intimitatea pe care o trăiesc cu partenerul meu și să văd care sunt frustrările, fricile și decepțiile pe care le am față de aceasta. Oare simt rușine față de sexualitatea mea ? Este satisfăcătoare sau a devenit doar o plăcere carnală, lipsită de sensul profund pe care ar trebui să îl aibă ?

Accept↓♥ să nu mă mai judec sau să îi judec sever pe ceilalți. Învăț să fiu mai deschis față de ceilalți. Am tot mai multă încredere în relațiile mele intime. Mă iubesc mai mult și soarele va reveni în viața mea. Sunt mândru să fiu cine sunt.

545. HERPES GENITAL SAU HERPES VAGINAL *Vezi și: PIELE — MÂNCĂRIME, VAGIN — VAGINITĂ*

Conform credinței populare, **herpesul vaginal** provine din culpabilitatea sexuală și din dorința inconștientă de a se autopedepsi. **Herpesul genital** poate apărea dacă există un sentiment de absență a contactului sexual. Poate am avut un partener, de care m-am separat și trăiesc o frustrare legat de acest lucru. Sau în timpul unei separări fizice, dacă partenerul a plecat în călătorie de afaceri, pentru o perioadă de timp. Contactul fizic cu pielea organelor mele sexuale fiind absent și deoarece trăiesc foarte greu această separare, îmi voi manifesta starea de rău printr-un **herpes vaginal**. Este posibil ca frustrarea mea să provină și din cauza relațiilor mele sexuale: nu sunt satisfăcătoare sau dorințele mele nu sunt împlinite sau, din contră, sunt pe deplin împlinite și aduc la suprafață amintiri dureroase. Altfel spus, mă pot întreba de ce am trăit atâția ani insatisfacții în timp ce acum lucrurile merg atât de bine, de ce nu am trăit așa ceva înainte? În educația religioasă, populară, se pretindea chiar că, herpesul era trimis de Dumnezeu, pentru a ne pedepsi. Sentimentul de rușine mă poate face chiar să îmi neg, să nu îmi accept↓♥ organele sexuale. Părțile genitale au fost mesageri morali, în cazul mai multor religii.

Accept↓♥ să **conștientizez** faptul că vreau să fug de natura mea profundă. Sunt vulnerabilă. Oare sunt capabilă să mă implic în totalitate? Îmi iubesc corpul și mă bucur de sexualitatea mea. Dumnezeu m-a creat după imaginea lui. Mă minunez de frumusețea din mine. Trebuie să mă accept↓♥ în totalitate, să mă abandonez total mie însumi pentru ca apoi să fac acest lucru și cu partenerul meu.

546. HIDROFOBIE *Vezi: TURBARE*

547. HIGROMA *Vezi: BURSITĂ, GENUNCHI [DURERE DE...]*

548. HIPERACTIVITATE *Vezi și: AGITAȚIE*

Hiperactivitatea se referă mai ales la copiii ale căror activități sunt intense și constante. Este important să facem distincția dintre un comportament **dinamic** și **hiperactivitate.**

Dacă sunt un **copil hiperactiv** am un comportament turbulent, care deranjează, uneori chiar ciudat. Este modul meu obișnuit de a ignora situațiile și circumstanțele din jurul meu, devenind atât de implicat în ceea ce fac, încât nu trebuie să îmi concentrez atenția pe realitatea "mea" imediată, poate pentru că acea realitate nu este valorizantă sau reconfortantă. Sunt revoltat de anumite situații sau anumite comportamente din anturajul meu. Nervozitatea pe care o exprima duce la lumină unele stări interioare neexprimate, frici pe care le simt eu sau alții. De asemenea, poate fi vorba despre o formă de revoltă contra autorității, un mod de a evita și de a face față unei realități care este intolerabilă pentru mine. Se știe că **hiperactivitatea** este cauzată de aditivii artificiali: excesul de zahăr, coloranți și mâncarea tip fast-food. Mâncarea de acest gen este de multe ori simbolul părintelui care încearcă să umple lipsa de **iubire** pe care o pot simți. De exemplu, îmi dă o ciocolată, când eu, de fapt am nevoie de o îmbrățișare.

Dacă sunt un **copil hiperactiv**, acest lucru indică de multe ori faptul că am nevoie să fiu centrat mai mult pe interiorul meu și pe **inima♥** mea. În calitate de părinte, înainte să mă gândesc să îi dau copilului medicamente, este foarte important să încerc tratamente care acționează pe plan energetic, precum destinderea, acupunctura, homeopatia etc. Este important să verific contextul în care s-a născut copilul: circumstanțele nașterii, dacă a fost prematură, dacă copilul a avut un traumatism etc. deoarece nașterea are o influență asupra evoluției copilului, fiindcă memoria emoțională a înregistrat totul (conștient sau nu). O altă situație ar fi aceea că, EUL se adaptează constrângerilor printr-un filtru intern care îl ajută **să evite ceea ce îl deranjează în realitate.** În acest caz, părinții îi pot explica copilului povestea nașterii sale și pot dedramatiza situația sau îi pot vorbi **sufletului** copilului, în timp ce acesta doarme. Există și cazuri în care, copilul se simte vinovat, de exemplu, dacă mama a avut o naștere dificilă, în acest caz este bine să i se explice copilului faptul că nu a fost vina lui, indiferent ce s-a întâmplat. Există și situații, în care mama, atunci când copilul era în pântece, a avut impresia că acesta nu se mișca. Faptul de a nu se mișca era un semn de pericol și putea să însemne că, copilul poate murise. După ce a crescut, copilul simte nevoia să se miște pentru a arăta, chiar inconștient, că trăiește. Este ca și cum ar avea impresia că trăiește doar atunci când se mișcă. Dacă i se explică acest lucru, copilul poate fi eliberat de un stres foarte mare. Același lucru este valabil și în cazul unui adult, care este în continuare **hiperactiv.** Este posibil ca un copil să fie **hiperactiv** deoarece este în rezonanță sau în contact cu copilul interior al unuia dintre părinții săi, care, trăiește o tensiune puternică sau o mare nesiguranță. În astfel de cazuri, copilul este supraprotejat de părinți. Este posibil ca în casă să se fi vehiculat ideea că pauzele nu sunt permise, deoarece poți fi considerat slab, leneș. Astfel încât, corpul meu va dori automat să se miște. Dacă noi, ca părinți nu suntem centrați pe plan energetic, cum le putem cere copiilor așa ceva?

Accept↓♥ să îmi fiu propriul meu stăpân, să mă ocup de mine, pentru mine și apoi pentru binele copilului meu.

549. HIPERCOLESTEROLEMIE Vezi: SÂNGE — COLESTEROL

550. HIPEREMOTIVITATE *Vezi: EMOTIVITATE*

551. HIPERGLICEMIE *Vezi: SÂNGE — DIABET*

552. HIPERMETROPIE *Vezi: OCHI — HIPERMETROPIE*

553. HIPEROREXIE *Vezi: BULIMIE*

554. HIPERSALIVAȚIE *Vezi: SALIVĂ — HIPER ȘI HIPOSALIVAȚIE*

555. HIPERSOMNIE *Vezi: NARCOLEPSIE*

556. HIPERTENSIUNE *Vezi: TENSIUNE ARTERIALĂ — HIPERTENSIUNE*

557. HIPERTERMIE *Vezi: FEBRĂ*

558. HIPERTIROIDIE *Vezi: GLANDA TIROIDĂ — HIPERTIROIDIE*

559. HIPERTROFIE

Hipertrofia este dezvoltarea excesivă a volumului unui organ sau a unui țesut. Trebuie să consultăm explicațiile pentru partea corpului care a fost afectată, pentru a găsi mai multe informații.

Hipertrofia indică o nevoie specială şi mai mare decât aspectul emoţional în cauză.

De exemplu, **hipertrofia inimii♥** indică faptul că trăiesc o lipsă importantă de **iubire**. Dacă sunt bebeluş, este vorba despre **iubirea** unuia a a ambilor părinţi, de care am atât de mare nevoie, dar pe care se pare că nu o pot primi. Indiferent ce vârstă am, trăiesc un gol interior şi o singurătate imensă, ceea ce mă face să simt o nesiguranţă.

Accept↓♥ să îmi recunosc nevoile şi îmi ofer mijloacele pentru a mi le împlini. În loc să aştept să fie împlinite din exterior, am grijă eu însumi de ele. Îmi acord toată **iubirea**, tandreţea şi blândeţea de care am nevoie. Aleg să fiu pe deplin deschis faţă de viaţă şi să accept să fiu o persoană împlinită şi fericită.

560. HIPERVENTILAŢIE (supraoxigenare) *Vezi şi: ACIDOZĂ, ANXIETATE, FEBRĂ*

Hiperventilaţia constă într-o inspiraţie rapidă şi o expiraţie scurtă, care duce la un exces de oxigen în organism. Cauzele pot fi acidoza, anxietatea sau chiar panica, febra, un exerciţiu fizic intens. Sufăr de **hiperventilaţie** deoarece nu accept↓♥ schimbarea. Prin urmare, am un sentiment de nelinişte faţă de nou şi ezit să am încredere în situaţia actuală. Refuz să mă abandonez. Pot chiar să dispreţuiesc ceea ce se întâmplă în viaţa mea. Deoarece respiraţia mea este dezechilibrată, care este aspectul din viaţa mea în care există un astfel de dezechilibru, de obicei în exces? Accept↓♥ oare cadourile vieţii, în totalitate (inspiraţia)? Dau repede ceea ce am, mai ales dragostea mea (expiraţia)

Pentru a evita să mă implic total? Am o supraexcitare emoţională, deoarece nu mai ştiu încotro să mă îndrept în viaţă. Fug, refuz să îmi ascult vocea interioară deşi ştiu că am răspunsuri la toate întrebările, dacă o voi asculta. Prefer să trăiesc în neputinţă şi să fiu victimă, în loc să mă responsabilizez. Îmi neg puterea şi resping ocaziile de a avansa, din teamă de necunoscut. Corpul meu îmi transmite un mesaj şi eu **conştientizez** acest lucru.

Accept ↓♥ să respir normal, mă relaxez, mă abandonez. Viaţa mea se schimbă şi mă bucur de acest lucru. Mă reconectez cu sentimentul de siguranţă interioară. Accept↓♥ să avansez cu hotărâre şi profit de viaţă!

561. HIPOACUZIE *Vezi: URECHI — SURDITATE*

562. HIPOCONDRIE (IPOHONDRIA) *Vezi şi: AGORAFOBIE, ANXIETATE, DEPRESIE*

Sunt **hipocondriac** (popular **ipohondru**) dacă mă preocupă starea sănătăţii mele într-un mod excesiv. Acest lucru poate deveni o obsesie, să cred că mă pot îmbolnăvi. În timp ce atenţia mea este concentrată pe această posibilitate, acest lucru mă împiedică să ascult criticile şi comentariile celorlalţi cu privire la mine. Simt o nesiguranţă sau o frică puternică faţă de pierderea de control care ar putea însemna apariţia unei boli. Nu accept↓♥ să sufăr din cauza unei boli, deoarece ştiu, în sinea mea că deja sufăr în interiorul meu. Această frică poate deveni atât de mare încât pot să mă detaşez de realitate şi să am halucinaţii.

Accept↓♥ să reaiau contactul cu mine însumi. Un demers energetic sau o psihoterapie mă pot ajuta să îmi recapăt încrederea în mine şi în capacitatea mea divină de deschidere, pe care o pot manifesta în viaţă.

563. HIPOGLICEMIE *Vezi: SÂNGE — HIPOGLICEMIE*

564. HIPOFIZĂ *Vezi: GLANDA PITUITARĂ*

565. HIPOSALIVAŢIE *Vezi: SALIVĂ — HIPER ŞI HIPOSALIVAŢIE*

566. HIPOTENSIUNE *Vezi: TENSIUNE ARTERIALĂ — HIPOTENSIUNE*

567. HIPOTIROIDIE *Vezi: GLANDA TIROIDĂ — HIPOTIROIDIE*

568. HISTEROPTOZA *Vezi: PROLAPS*

569. HODGKIN (boala lui...) *Vezi şi: CANCER AL GANGLIONILOR [... A SISTEMULUI LIMFATIC], SÂNGE — LEUCOPENIE*

Boala lui Hodgkin[50] este o afecţiune canceroasă care afectează ganglionii limfatici precum şi splina şi ficatul. Se manifestă prin pierderea forţei, din cauza diminuării cantităţii de globule albe. **Boala lui Hodgkin** are legătură cu o **culpabilitate mare** pe care o trăiesc. Nu mă consider destul de bun, respectul faţă de mine este foarte scăzut, ajungând chiar până la faptul de a refuza să mi se facă complimente. Îmi este teamă că voi fi atacat, dezaprobat şi trăiesc o descurajare foarte mare, îmi pierd pofta de viaţă (sângele înseamnă bucurie), îmi pierd imunitatea naturală (globulele albe) deoarece este ca şi cum nu aş avea dreptul sau nu aş merita să trăiesc. Nu pot îndeplini aşteptările celorlalţi, mai ales pe cele ale părinţilor mei. Mă simt ca într-o cursă frenetică, simt nevoia să îmi demonstrez mie şi celorlalţi că sunt cineva şi pot realiza lucruri importante.

Pot avea sentimente de ură, de **ranchiună**, faţă de cineva sau faţă de o situaţie, ceea ce îmi afectează sănătatea mentală şi fizică. Pot fi sentimente faţă de mine însumi, deoarece am obosit să trăiesc în funcţie de ceilalţi. Încerc să aflu cine sunt şi port măşti pentru a fi pe placul celorlalţi. Sunt ca un cameleon, care îşi schimbă culoarea pentru a se proteja împotriva autorităţii din exterior. Mă consider un monstru, mă simt prizonier.

Accept↓♥ ca marea mea bucurie să fie faptul de a mă iubi pentru ceea ce sunt. Am încredere în mine şi merg mai departe în propriul meu ritm. Corpul meu se va regenera deoarece mă conectez la **Sursa** din mine. Îmi iau viaţa în propriile mâini. **Conştientizez** faptul că ceilalţi nu mă pot iubi cu adevărat, decât dacă sunt eu însumi. Descopăr bogăţiile din mine şi trăiesc în funcţie de adevărul meu interior.

570. HOLERĂ *Vezi: INTESTINE — DIAREE*

---

[50] **Hodgkin** (Thomas): medic britanic (1798-1866). Boala lui Hodgkin este un tip de limfom descoperit în anul 1832, caracterizat prin prezenţa unor celule mari atipice, celulele Reed-Sternberg. Celula STERNBERG este indispensabilă pentru diagnostic. Natura sa reală este încă puţin cunoscută, dar se pare că este de origine limfoidă B clonală

571. HOMOSEXUALITE

Există o excepție pentru **iubire** ? **Homosexualitatea** este o boală ? Există oameni care încearcă să demonstreze că **homosexualitatea** ar putea fi înscrisă în bagajul nostru genetic. **Homosexualitatea** este un limbaj al **iubirii**, care este acceptat↓♥ tot mai mult în societatea contemporană. Poate fi etapă în căutarea propriei identități sau o alegere de viață pentru evoluția mea sau pentru evoluția societății. Câți părinți nu se simt depășiți în iubirea lor pentru copilul lor homosexual (**gay**, pentru homosexualitatea masculină sau **lesbiană**, pentru homosexualitatea feminină).

Există două părți în fiecare dintre noi. Partea feminină, (YIN sau intuitivă) și partea masculină (Yang sau rațională). Este posibil ca, deoarece nu îmi accept↓♥ identitatea, să încerc să găsesc la o persoană de același sex, partea din mine pe care am respins-o. Sau este posibil să caut un tată sau o mamă. **Oricare ar fi alegerea mea în orientarea sexuală, este important să fiu în armonie cu mine însumi.** Dacă aleg **homosexualitatea**, deoarece resping persoanele de sex opus, dintr-un anumit motiv, voi retrăi situații asemănătoare cu cele pe care le-aș fi trăit cu persoane de sex opus, deoarece am multe **conștientizări** de făcut. Când alegerea mea este clară pentru mine, fie că sunt homosexual, fie că sunt heterosexual, nu ar trebui să mă simt amenințat de cei care au o orientare diferită de a mea. Dacă reacționez față de cei care au o orientare sexuală diferită de a mea, trebuie să mă întreb foarte serios de ce îmi este frică în situația respectivă. De ce anume am nevoie să mă protejez, având o atitudine opusă ? Oare îmi este teamă că am o parte homosexuală în mine și îmi este frică să o recunosc ? Dacă, de exemplu, sunt bărbat și unul dintre părinții mei voia cu orice preț o fată, este posibil, chiar dacă inconștient, să vreau să îmi dezvolt calitățile feminine cât mai mult, pentru a mă apropia și a fi acceptat↓♥ de acel părinte. Dacă sunt **bărbat**, este posibil să mă întreb foarte multe lucruri cu privire la identitatea mea. Poate îmi caut virilitatea sau rolul meu de tată și de fiu, relații în care caut **iubirea.** Poate am fost crescut de o mamă prea dominantă, ceea ce m-a determinat să evit femeile. Toate aceste posibilități pot fi valabile și în cazul **femeilor.**

Accept ↓♥ să **conștientizez** faptul că importantă este **iubirea** dintre două persoane și ca această iubire să fie adevărată, indiferent de orientarea lor sexuală. Pot să cer sfătuitorului meu interior să mă ajute să înțeleg la nivelul **inimii♥**, să mă accept↓♥ așa cum sunt și să îi accept pe ceilalți așa cum sunt.

572. HUNTINGTON *Vezi: CREIER — HUNTINGTON [BOALA A LUI...]*

I

573. ICTER (GĂLBINAREA) *Vezi și: FICAT [AFECȚIUNI ALE...], SÂNGE/ [AFECȚIUNI ALE...] / CIRCULAȚIE SANGUINĂ*

Icterul, denumit popular, **gălbinare**, este un exces de bilirubină, cauzat de o distrugere masivă a globulelor roșii din sânge, din cauza unei anomalii congenitale a membranei acestora sau din cauza unei agresiuni. Poate proveni și de la distrugerea celulelor hepatice sau din incapacitatea de a elimina bila (sindrom de retenție). Rezultatul este colorarea în galben a pielii și a albului ochiului (sclerotica). Deoarece este legat de curățarea sistemului sanguin, înseamnă că am o dificultate de a-mi "curăța" emoțiile. Simt emoții negative, foarte intense, de invidie, de dezaprobare, de frustrare, atât de puternice încât "mă îngălbenesc". Trăiesc multă **ranchiună.** Devin atât de tranșant și de excesiv în ideile și în opiniile mele încât mă agăț de ele, ceea ce duce la un dezechilibru interior. Sunt în conflict cu puterea exercitată de autoritate și cu locul pe care îl ocup în societate, de care prefer să fug decât să mă integrez. Vreau să mă îndepărtez de o situație, care este intolerabilă pentru mine. Refuz să mă schimb. Trăiesc culpabilitate și rușine. Mă simt prizonier, pe plan emoțional, social sau fizic. Mă întreb cu privire la direcția pe care trebuie să merg, îmi pun sub semnul întreb propria identitate. Spiritul meu negativ devine limitat, îmi este greu să am o vedere de ansamblu asupra unei situații date sau a vieții în general. Mi-am pierdut curajul și mă simt atât de mult prizonierul propriilor mele emoții neexprimate și canalizate, încât am nevoie să fiu singur pentru a-mi reveni. "**Icterul nou-născutului**" are legătură cu frustrările, cu dezamăgirea sau cu o ranchiună. Aș vrea să mă salvez, dar este imposibil: sunt legat de o situație sau, pur și simplu, de mama mea. Eu, ca și copil, este posibil „să fi luat asupra mea gândurile părinților mei„ de exemplu, dacă părinții mei și-au dorit un băiat și au avut o fată, este posibil să mă simt responsabilă de decepția lor și am impresia că îmi lipsește protecția lor.

Accept↓♥ să fiu mai deschis față de oamenii din jurul meu, deoarece am multe de învățat de la ei.

574. ILEITĂ (BOALA LUI CROHN) *Vezi: INTESTINE — CROHN [BOALA A LUI...]*

575. INELAR Vezi: DEGETE — INELAR

576. IMPACIENȚĂ *Vezi și: FRIGIDITATE, NERVOZITATE, SÂNGE — HIPOGLICEMIE*

Impacienta denotă un stres interior, o nesiguranță sau o tensiune care mă cuprinde și îmi afectează sistemul nervos. Devin mai iritat, mai expeditiv în ceea ce spun sau fac. "Sunt impacient față de mine sau față de ceilalți ?" De ce am tot timpul nevoie să mă grăbesc ? Este ca și cum aș vrea să recuperez timpul. Când simt o limită sau simt că cineva vrea să îmi afecteze libertatea, acest lucru mă irită şi se manifestă prin atacuri de **impacienţă**.

Accept↓♥ să îmi acord câteva momente pentru a mă destinde şi pentru a găsi cauza iritării mele.

577. IMPOTENŢA *Vezi şi: ANGOASĂ, ANXIETATE, FRICĂ*

Ca bărbat, dacă sunt incapabil să obţin sau să menţin o erecţie în timpul unui contact sexual, sufăr de **impotenţă**, denumită şi **disfuncţie erectilă**. O astfel de afecţiune mă face, cu siguranţă, să fiu nesatisfăcut pe plan sexual. Pe plan medical, chiar dacă **impotenţa** poate avea cauze organice, adică o cauză de ordin fizic sau un aspect **psihologic**, trebuie să consider că este provocată de un factor psihologic şi metafizic (dincolo de planul fizic) chiar dacă acesta este inconştient. **Impotenţa** este adeseori legată de frica de a mă abandona, cu deplină încredere, unei femei (sau unui bărbat, dacă am relaţii fizice cu un bărbat) sau de a-mi pierde controlul faţă de mine însumi sau faţă de parteneră/partener. Îmi este frică să devin vulnerabil, intimitatea mă "intimidează". Sau pot fi neliniştit de ideea că "o pot lăsa pe partenera mea însărcinată".

Bărbat fiind am multe responsabilităţi şi pot trăi multă presiune şi mult stres la muncă, iar societatea, în general, îmi cere să fiu performant, să mă depăşesc. Dacă transfer acest lucru pe plan sexual, pot simţi o presiune sexuală, care mă împinge să mă autodepăşesc şi care creează o mare tensiune interioară şi mă face "să îmi pierd mijloacele". Astfel mă las prins în raporturile intime. Sau, din contră, un bărbat care se apropie de vârsta pensionării, poate observa semne de **impotenţă** şi se simte inutil, fără valoare. În acest caz, mă simt **în declin**. Mă devalorizez, deoarece nu mai am posibilitatea să mă depăşesc la servicu, nu voi mai fi performant nici în pat. Acelaşi lucru se poate întâmpla dacă îmi pierd locul de muncă, într-un mod neaşteptat şi brusc. Într-un anumit domeniu, viaţa mea şi-a pierdut orice sens. Deoarece nu îndrăznesc să vorbesc despre acest lucru cu partenera mea, simt multă culpabilitate, confuzie, îmi este chiar teamă că o voi pierde. O angoasă puternică în timpul actelor sexuale poate provoca acest blocaj, care mă face să sufăr de **impotenţă.** Această angoasă poate proveni din faptul că, în timpul unui raport sexual, sunt în contact mai puternic cu latura mea afectivă. Ca şi bărbat, nu sunt obişnuit să mă descurc cu emoţiile mele. Sunt în contact mai conştient cu copilul meu interior rănit, care poate simţi nesiguranţă, frică, respingere, neînţelegere.

De asemenea, dacă am avut impresia, în timpul relaţiilor mele sexuale anterioare, că am trait un eşec devalorizant, este posibil să nu mă simt "la înălţimea" situaţiei în timpul următoarei relaţii sexuale. Nesiguranţa mea, sentimentul de incapacitate şi eşec, ura faţă de mine, culpabilitatea sau neglijenţa, mă pot determina, de asemenea, să sufăr de **impotenţă**. Pot trăi plecarea partenerei/ a partenerului ca pe o separare, atât pe plan emoţional, cât şi fizic. Iar cum contactul fizic, sexual nu este posibil, organele mele sexuale îşi pierd sensibilitatea. **Impotenţa** poate avea drept cauză şi un eveniment din trecut, care m-a marcat: poate am fost abuzat fizic sau psihologic în copilărie, pot să păstrez o

ranchiună faţă de o relaţie afectivă anterioară şi să am impresia că am fost victima unei trădări. **Impotenţa** este, de asemenea, un mod de a avea o putere asupra celuilalt, reţinând pe plan sexual un partener (sau o parteneră) care abuzează sau cere prea mult. Pot avea impresia că teritoriul meu (bunurile mele, mediul meu imediat, ceea ce mă defineşte) se află în pericol. Poate mi-am pierdut interesul pentru femei în general, ceea ce se transpune pe plan fizic, dacă acest dezinteres persistă.

Şi, în cele din urmă, dacă îmi identific partenera sau partenerul cu mama mea, dacă aceasta ocupă un loc prea mare în viaţa mea şi mă supun în faţa ei (a lui) deoarece îmi este teamă că nu mă place, mă simt **impotent**, neputincios să o (îl) fac fericită (fericit) şi să îi ofer plăcere, acest lucru se va transpune în **impotenţă** sexuală. Partenera mea sau partenerul meu, fiind copia fidelă a mamei mele, îmi dau seama că, am produs, fără să ştiu, un incest pe plan psihologic, care inevitabil va duce la **impotenţă**, pe mai multe planuri. Este posibil ca, complexul lui Oedip[51] să nu fi fost trăit în condiţii normale. Mă pot simţi ameninţat de partenera/partenerul meu, de obicei pe plan emoţional, dar şi pe plan fizic. Ce se va întâmpla dacă mă abandonez total ? Îmi voi pierde sentimentul de putere ? O să fiu abuzat (atât în sens propriu cât şi figurat): pe plan fizic, emoţional sau financiar ? Frica de eşec mă înţepeneşte. Sunt plin de emoţii şi nu prea ştiu ce să fac cu ele. Trăiesc cu obligaţia de a avea relaţii sexuale satisfăcătoare şi povara aceasta este greu de purtat. Am impresia că trebuie să îi ofer plăcere celuilalt, cu orice preţ. Este posibil să pot o ranchiună pe care am trăit-o faţă de o parteneră/un partener din trecut. Corpul meu mă face să îmi regândesc valorile faţă de sexualitate şi **iubire**, în general. Faptul de a exista ca bărbat mă poate trimite la imaginea tatălui meu, dar **conştientizez** faptul că sunt diferit de el şi că pot să îmi trăiesc propria viaţă, în loc să o trăiesc de fapt, pe a lui.

Accept↓♥ să îmi definesc locul, să intru în contact cu emoţiile mele şi să las la o parte controlul, pentru ca energia, în loc să rămână în minte, să circule liber în întreg corpul, pentru a mă aduce la o relaxare fizică şi mentală. **Impotenţa** pe care o trăiesc mă poate ajuta să **conştientizez** care este adevărata mea valoare, ca şi persoană şi ca "partener de sex". Mă ajută să descopăr că pot fi creativ în alte aspecte din viaţa mea. Sunt determinat să-mi reevaluez valorile şi priorităţile cele mai profunde. Când **conştientizez** faptul că pot experimenta iubirea adevărată în moduri diferite şi că merit acest lucru, **impotenţa** va dispărea şi voi reintra în contact cu **forţa** mea interioară.

578. INCONTINENŢĂ (... fecale, ... urinar) *Vezi şi: VEZICĂ [AFECŢIUNI ALE...]*

Incontinenţa fie că este a **fecalelor** (incapacitatea de a reţine scaunul), fie **urinară** (pierdere involuntară de urină) are legătură cu controlul. Este posibil ca viaţă să vrea să mă înveţe să fiu mai flexibil şi să las oamenii şi situaţiile să plece. Pierderea controlului în cazul scaunului sau a urinei mă obligă să **conştientizez**

---

[51] **Complexul lui Oedip:** este caracteristic în evoluţia copilului, de obicei între 3 şi 6 ani, pritr-un puternic ataşament afectiv faţă de un părinte de sex opus: băiatul faţă de mama lui şi fetiţa, faţă de tatăl ei.

acest lucru. Trebuie să îmi las deoparte gândurile rigide care nu sunt decât o formă de protecţie, pe care mi-o impun pentru a mă apăra de sensibilitatea mea, atunci când nu pot controla situaţia. Deoarece **incontinenţa** rezultă din cauza unui muşchi care nu mai poate acţiona eficient, există o lipsă sau o slăbiciune la nivel mental. Este posibil să trăiesc o decepţie imensă, care să conducă la disperare. Renunţ, "cobor stindardul" şi nu îmi mai stăpânesc emoţiile. În loc să fiu responsabil şi activ, mă culpabilizez, las lucrurile să curgă de la sine, sunt pasiv. Am impresia că nu mai am putere asupra evenimentelor şi asupra mea. În cazul **incontinenţei fecale**, mă pot întreba care este persoana sau situaţia care mă face să "fac pe mine". Este posibil să am o reacţie foarte puternică faţă de autoritate şi faptul de a fi nevoit să mă supun acelei autorităţi, îmi provoacă această **incontinenţă.** Pentru mine, autoritatea poate însemna viaţa însăşi, care mă determină să fac schimbări pe care nu vreau să le fac. Pot să verific cine reprezenta, în copilăria mea autoritatea pentru mine şi faţă de care este posibil să fi reacţionat. Dacă sunt adult şi trăiesc o astfel de situaţie, mă întreb dacă îmi este greu să iau decizii cu privire la viaţa mea şi la direcţiile în care trebuie să merg.

Mă simt "moale" sau am impresia că am prea multe responsabilităţi şi îmi doresc, inconştient, să redevin bebeluş şi să renunţ la tot, să nu mai iau nici o povară pe umerii mei, deoarece am nevoie ca cineva să se ocupe de MINE ! În cazul **incontinenţei urinare**, această eliberare incontrolabilă şi inconştientă de emoţii negative, pe care o reprezintă urina, poate fi un mijloc de a primi mai multă atenţie. Cauza secundară poate fi un sentiment de respingere, de nesiguranţă, de a nu avea niciun merit sau frica de viitor. Simt că îmi lipseşte afecţiunea. Pot, în acest caz, să mă sperii că "voi fi strivit", ceea ce îmi va accentua sentimentul de neputinţă. Există o situaţie care îmi provoacă o angoasă şi mă simt fără apărare. Faptul de a mă simţi limitat sau de a primi pedepse îmi va intensifica afecţiunea. Îmi voi construi o lume imaginară în care cei răi predomină. Mă simt vulnerabil şi mă opun **iubirii**, tandreţei, deoarece aceasta nu există în universul meu. Îmi este frică de autoritate, sub toate formele ei. Îmi este teamă că voi pierde ceea ce îmi aparţine sau că voi fi separat de cineva drag. Prin urmare îmi marchez teritoriul. Urina reprezintă emoţiile negative, pe care le eliberez în mod normal, atunci când nu mai sunt necesare sau dorite. Această eliberare, de multe ori nocturnă, indică un conflict la un nivel mai profund şi de care nu sunt conştient. Fiind incapabil să "controlez" pierderea de urină sau de fecale sunt incapabil să controlez ceea ce se întâmplă în viaţa mea, mai ales emoţiile, iar acest lucru mă sperie. Este important ca aceste frici şi nesiguranţa interioară să se exprime şi să le **aud**. Astfel pot lăsa baltă prea uşor lucruri sau persoane dragi, fără să am curajul sau forţa de a căuta ceea ce vreau. Deoarece am multe aşteptări de la viaţă, sunt dezamăgit şi mă las în voia sorţii, atât pe plan fizic cât şi spiritual. Oare am impresia că timpul şi norocul îmi scapă printre degete?

Incontinenţa poate fi provocată, de asemenea, de o frică puternică sau o nervozitate, mai ales în cazul copiilor. Copiii sunt foarte sensibili la ceea ce trăiesc părinţii lor şi nervozitatea sau angoasa acestora pot fi simţite de copiii de toate vârstele. **Copil** fiind este posibil ca, din cauza incapacităţii mele de a exprima prin afecţiuni ceea ce trăiesc, să folosesc "cerneala galbenă" pentru a exprima indirect ceea ce se întâmplă în interiorul meu şi acest lucru îmi oferă un sentimentul că exist. Primesc atenţie, chiar dacă aceasta este însoţită de certuri, de ţipete şi lipsă de înţelegere. Când sunt copil **enurezia** poate apărea de multe ori, la naşterea unui frate sau a unei surori. Acest lucru indică faptul că îmi este greu să mă poziţionez în familia mea, nu mai ştiu care este teritoriul meu sau locul meu. Dacă tatăl meu nu m-a **încadrat** destul sau a făcut-o prea mult, mă simt pierdut, fără sprijin şi voi pierde urina în timpul somnului, mai ales noaptea. După aceea mă simt vinovat şi mă retrag într-un colţ şi vreau ca mama să se ocupe numai de mine.

Accept ↓♥ faptul că este imposibil să controlez tot ceea ce se întâmplă în viaţa mea. Învăţ să am încredere şi să iubesc noul şi imprevizibilul. Dacă sunt **un părinte care are un copil care suferă de enurezie** trebuie să îl liniştesc şi să îi înlătur orice sentiment de culpabilitate. Îl ajut să îşi găsească propria forţă şi autoritate interioară. Îmi privesc propria viaţă şi verific ce angoasă trăiesc, angoasă pe care copilul meu o poate resimţi. **Conştientizez** faptul că frica nu rezolvă nimic şi că există o soluţie la o astfel de situaţie care mă nelinişteşte. Am încredere în faptul că sunt îndrumat în fiecare moment. **Enurezia** poate dispărea din viaţa mea, dacă voi redeveni stăpân pe mine şi pe viaţa mea. Doar eu sunt cel care poate avea autoritate asupra lumii mele interioare. Îmi las sentimentele libere, deoarece sunt sursa puterii mele interioare. Doar recunoscându-le şi acceptându-le↓♥, ca făcând parte integrantă din ceea ce sunt, pot să îmi creez viaţa aşa cum vreau.

579. INCONTINENŢA LA COPII - *Vezi: PIPI ÎN PAT*

580. INDEX *Vezi: DEGETE— INDEX*

581. INDIGESTIE *Vezi şi: OTRĂVIRE [... PRIN MÂNCARE], DURERE DE BURTĂ, GREAŢĂ, SALMONELA*

Stomacul este locul în care corpul meu fizic asimilează mâncarea. Dacă fac o **indigestie**, corpul meu respinge această mâncare şi sunt afectat de greaţa care îmi dezvăluie starea de rău, de vărsături, de dureri abdominale sau de balonări legate de aerul negativ din jurul meu. Acelaşi lucru se întâmplă şi cu realitatea, cu gândurile, cu sentimentele, cu emoţiile, pe care le trăiesc şi care vor provoca, de asemenea, o **indigestie,** dacă îmi este greu să le gestionez. Există un prea-plin într-un aspect al vieţii mele. Există o dezordine, o dizarmonie în interiorul meu. Care este situaţia sau persoana pe care îmi este greu să o diger, să o asimilez în viaţa mea ? Ce se întâmplă în viaţa mea, un lucru pe care nu îl mai pot îndura ? Care este noutatea pe care refuz să o integrez în viaţa mea ? Este posibil chiar să fiu revoltat împotriva acelei situaţii sau a acelei persoane pe care o critic foate tare. Sau poate fi vorba despre ceva ce am văzut sau am auzit, un lucru care nu mi-a plăcut şi care "nu merge bine". Trebuie să mă poziţionez într-o situaţie şi deocamdată sunt incapabil să fac acest lucru. Nu tolerez ca oamenii să fie incoerenţi în gesturile şi cuvintele lor. Nu ştiu cum să gestionez această situaţie, cuvintele pe care aş vrea să le exprim rămân închise în interiorul meu. Anxietatea, nesiguranţa, agresivitatea "îmi întorc stomacul pe dos" şi, pentru că digestia nu poate avea loc normal, voi respinge fizic mâncarea, aşa cum resping ideile noi sau situaţiile pe care le trăiesc. Mă simt ameninţat fie fizic, fie emoţional. Orice mă nelinişteşte, deoarece nu sunt în contact cu puterea mea interioară. Pentru că nu diger ceea ce se întâmplă în interiorul meu, mi-ar fi greu să diger ceea ce se întâmplă în exteriorul meu.

Accept↓♥ să descopăr în interiorul meu toate comorile ascunse acolo. Mă privesc în faţă şi observ că toate emoţiile mele mă determină să fiu o fiinţă unică şi extraordinară. Fiind conştient de cine sunt, pot să schimb ceea ce vreau în viaţă. Învăţ să investesc **iubire** în situaţii, deoarece am de făcut o **conştientizare. Iubirea** este ingredientul care mă va ajuta să diger şi să fac să treacă situaţiile din viaţa mea, în armonie cu fiinţa mea. Pot, de asemenea, să iau decizii care mă vor ajuta să îmi realizez cele mai înalte scopuri.

582. INFARCT (ÎN GENERAL)

În general, **un infarct** înseamnă moartea unei părţi de ţesut dintr-un organ, denumită şi **necroză,** cauzată de obstrucţia unei artere care transportă sângele în acea zonă. Chiar dacă pot fi atinse şi zone precum intestinul, splina, oasele, regiunile cele mai expuse sunt creierul, plămânii şi miocardul, care este învelişul **inimii♥**. Deoarece circulaţia sângelui este oprită brusc de o pietricică sau un depozit de lipide (un fel de grăsime) dintr-o arteră, acest lucru implică faptul că bucuria nu mai circulă în acea zonă şi acest lucru duce chiar la moartea ţesutului. În funcţie de zona afectată, mă pot întreba ce anume a determinat corpul meu să îmi spună. "Este destul, nu mai suport, o parte din mine moare". Am pierdut ceva vital din viaţa mea, un lucru cu care mă identificam. Sau, este posibil să am impresia că sunt neobosit şi corpul meu îmi aminteşte faptul că m-am întins prea mult, dincolo de limitele mele. Accept↓♥ să verific care sunt nevoile mele, pe care le-am lăsat deoparte şi cum aş putea să reaşez lucrurile în ordine în viaţa mea, pentru a mă ajuta să trăiesc din plin experienţe pline de bucurie şi satisfacţie.

583. INFARCT (cerebral) *Vezi: CREIER — ACCIDENT VASCULAIRE CEREBRAL [A.V.C.]*

584. INFARCT (... de miocard) *Vezi: INIMĂ♥ — INFARCT [... DE MIOCARD]*

585. INFECŢII (în general) *Vezi şi: ANEXA III, DURERE, FEBRĂ, INFLAMAŢIE, SISTEM IMUNITAR*

Infecţia se defineşte prin dezvoltarea localizată sau generalizată a unui germen patogen în organism, acesta putând fi bacterie, virus, ciupercă sau parazit. Această situaţie apare atunci când sistemul imunitar nu reuşeşte să distrugă germenele invadator. Germenele poate fi legat de o situaţie din viaţa mea sau de o persoană în relaţie cu care trăiesc un conflict, de multe ori, interior şi despre care nu am vorbit nimănui. Deoarece nu a fost rezolvat, acest conflict va reapărea sub formă de **infecţie. O infecţie acută** apare în urma unei emoţii violente, dar care este de scurtă durată. O infecţie **cronică** se referă la o emoţie care există de mult timp. Am fost nevoit să fac compromisuri pentru a-mi păstra echilibrul. Iar acum trebuie să fac o alegere, deoarece această decizie şi inactivitatea îmi consumă prea multă energie şi trebuie să sap adânc în interirorul meu, după resurse. Mi-am distrus în mod voluntar libertatea pentru a-i mulţumi pe ceilalţi şi nu mai vreau acest lucru. Faptul că trăiesc o iritare sau sunt deranjat de ceva, îmi slăbeşte sistemul imunitar, care nu poate împiedica **infecţia.** Trebuie să îmi pun întrebarea: "ce mă irită sau mă afectează cel mai mult ?" Care este stresul pe care îl trăiesc la muncă sau în familie şi care mă tulbură atât de mult? Ce îmi **infectează** viaţa şi mă face să nu mai pot să mă protejez cum trebuie ? O **infecţie** indică faptul că există, pentru o perioadă lungă de timp, o acumulare de emoţii, de tristeţe şi de nelinişte. **Infecţia** apare atunci când "nu mai suport". Există un conflict între două aspecte ale personalităţii mele. Acest lucru se reflectă în viaţa mea în care există una sau mai multe situaţii, care trebuie să se schimbe, să evolueze, pentru a-mi regăsi pacea interioară. O **infecţie virală** (printr-un virus) indică faptul că altcineva este stăpân pe viaţa mea. Această **infecţie** mă obligă să mă odihnesc şi să îmi reevaluez viaţa. De ce să nu trăiesc în funcţie de propriile mele credinţe şi propriile mele valori profunde, în loc să îi urmez orbeşte pe ceilalţi ?

Infecţia fungică (cauzată de o ciupercă) arată cât de mult mă parazitează propria furie şi sentimentul meu de neputinţă, care mă rod pe dinăuntru. Refuz să îmi văd tot potenţialul şi mă las afectat de ceilalţi. Trebuie să accept↓♥ schimbările care au loc în viaţa mea, lăsând la o parte furia pe care o pot trăi. Semnificaţia acestei furii va fi cu atât mai importantă dacă **infecţia** este însoţită de durere sau de febră. Este important să văd care parte din corpul meu este afectată. Dacă, de exemplu, este vorba de o **infecţie** a organelor sexuale, trăiesc o situaţie conflictuală, care mă irită şi mă înfurie foarte tare, o situaţie legată de sexualitatea mea sau felul în care o percep. **Infecţia** va dura atâta timp cât nu voi regla situaţia şi este posibil să întârzii în găsirea soluţiilor, deoarece îmi este teamă de consecinţe şi de schimbările care vor apărea în viaţa mea. **Infecţia** survine ca urmare a unei slăbiri a sistemului meu imunitar, ceea ce implică faptul că este vorba despre **iubirea** faţă de mine însumi. Trebuie să mă întreb care sunt atitudinile, gândurile pe care vreau să le schimb sau acţiunile pe care trebuie să le fac pentru a aduce mai multă **iubire** în viaţa mea. Deoarece ştiu că oamenii fericiţi au un sistem imunitar puternic, fac în aşa fel încât iubirea să crească în interiorul meu şi astfel, să devină scutul meu, protecţia mea.

Accept↓♥ să fac curăţenie în viaţa mea, să o "dezinfectez" pentru a lăsa deoparte atitudinile şi comportamentele care nu sunt bune pentru mine.

586. INFECŢII URINARE *Vezi: URINĂ [INFECŢII URINARE]*

587. INFECŢII VAGINALE *Vezi: VAGIN — VAGINITĂ*

588. INFECŢII VIRALE *Vezi: INFECŢII [ÎN GENERAL]*

589. INFLAMAŢIA *Vezi şi: ANEXA III*

Inflamaţia este o reacţie locală a organismului care se apără împotriva unui agent patogen şi este caracterizată de roşeaţă, căldură, durere şi tumefiere (umflătură).
Este expresia corporală a unei **inflamaţii** interioare. Sunt **inflamat** şi **furios** din cauza a ceva sau a cuiva: de obicei furia în exces este localizată la ficat sau la vezica biliară şi acest lucru este exprimat de corpul meu. Trebuie să mă întreb ce aspect al vieţii mele mă face să fiu "roşu de furie", "să fierb" şi care apoi îmi provoacă culpabilitate, în cazul în care aceasta nu era deja una din cauzele **inflamaţiei**. Mă simt strâmtorat, limitat. Viaţa mea este prea rigidă, prea programată. **Inflamaţia** îmi arată faptul că trăiesc o situaţie în viaţa mea, la care nu vreau să renunţ. Mă opun schimbărilor. Mă lupt cu furia. Lucrurile de care aveam nevoie înainte pentru a mă sprijini şi a mă ajuta să avansez poate nu îşi mai au rostul acum. Contradicţia pe care o trăiesc mă aprinde. Acest lucru mă irită şi devin exasperat ! Este important să verific, de asemenea, dacă am avut în trecut o dificultate sexuală, care a rămas nerezolvată sau dacă am trăit un sentiment de pierdere, pe care nu l-am acceptat↓♥ şi faţă de care simt multă iritare. Astfel voi putea să **conştientizez** acea situaţie şi să o înţeleg într-o lumină nouă. Mă întreb cu privire la credinţele mele şi dacă trăiesc un conflict interior puternic, în care sunt împotriva celor din jurul meu.

Accept↓♥ să fiu diferit şi să îmi exprim opiniile chiar dacă acestea pot fi diferite de opiniile celorlalţi. Mă afirm aşa cum sunt, în unicitatea mea. Învăţ să am încredere în mine şi să trăiesc într-un mod spontan.

590. INIMĂ♥ (în general) *Vezi şi: SÂNGE*

Inima♥ este legată de cea de a patra chakră sau centru de energie: această chakră este YIN-YANG, atât masculină cât şi feminină, atât mentală cât şi emoţională. Simbolizează casa şi reprezintă **iubirea** (emoţiile, capacitatea mea de a iubi), bucuria, vitalitatea şi siguranţa. La nivel simbolic, **partea dreaptă a inimii♥** reprezintă tatăl, iar **partea stângă**, mama. Energia **inimii♥** se propagă în întreg corpul, mai ales în zona dintre gât şi plexul solar. **Inima♥** este un fel de pompă energetică care face să circule viaţa (sângele) prin tot corpul. Circulaţia sângelui distribuie energia vitală necesară fericirii, echilibrului, bucuriei de a trăi şi păcii interioare. Este deci esenţial să îmi manifest **iubirea**, îndrumând energia din **inimii♥** spre cele mai frumoase energii spirituale disponibile. Dacă trăiesc o situaţie în care am impresia că "mi s-a smuls **inima♥** din piept", că toată fiinţa mea este implicată, că nu primesc destulă **iubire** de la ceilalţi, că iau viaţa prea în serios, corpul meu va reacţiona. O afecţiune la **inimă♥** mă retrimite la un aspect fundamental al **iubirii**, care provine din faptul că nu mă iubesc destul de mult sau că nu primesc această iubire de la ceilalţi, de la viaţă sau de la Dumnezeu. Acest lucru mă determină să mă întreb dacă trăiesc o culpabilitate, care mă împiedică să mă simt demn de a fi iubit... Cu cât voi acorda mai multă atenţie **iubirii**, compasiunii şi iertării, cu atât mai mult **inima♥** mea va funcţiona cu bucurie, linişte şi uşurinţă. **Inima♥** mea va fi stabilă afectiv şi se va afla la adăpost de toate dezamăgirile. O **inimă♥** cu un ritm blând şi armonios indică o persoană calmă.

Ritmul meu cardiac variază atunci când sunt dezechilibrat, tulburat în iubire sau sensibil la emoţiile mele.

Accept ↓♥ să fiu deschis spre **iubire**, las orice vină în grija universului, încetez să mă mai critic atât de tare încât să mă îmbolnăvesc şi, mai ales, accept↓♥ să mă iert. Dacă mă iert voi putea accepta↓♥ **iubirea** celorlalţi.

591. INIMĂ♥ — ANGINĂ PECTORALĂ, ANGOR *Vezi: ANGINĂ PECTORALĂ*

592. INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ

Aritmia cardiacă este o tulburare a ritmului cardiac. **Inima♥** reprezintă **iubirea**, iar **palpitaţiile** reprezintă un semnal de alarmă, un strigăt de ajutor în legătură cu **iubirea.** Există o frică puternică de a pierde sau de a nu primi **iubirea** de care am atât de mare nevoie, care face ca **palpitaţiile** să fie un apel la ajutor în aspectele legate de **iubire. Inima♥** mea bate la fel de repede ca ritmul în care îmi trăiesc viaţa. Am impresia că nu deţin controlul, nu mă simt în siguranţă. Am nevoie să găsesc mai mult calm în viaţa mea. Caut în toate direcţiile, dar nu găsesc răspunsuri la întrebările mele. **Inima♥** mea bate pentru mai multe lucruri în acelaşi timp: poate fi vorba despre persoane (în dragoste) dar şi despre lucruri pe care le fac cu pasiune (munca, un hobby). Am impresia că trebuie să fac anumite alegeri. Ştiu că trebuie să renunţ la ceva sau la cineva, dar este foarte dificil. Mă simt incapabil să fac acest lucru, dependenţa mea este foarte mare. Trăiesc o dualitate: eu sau ceilalţi. Cine va fi pe primul loc ? Sunt alegeri greu de făcut. Mă simt împărţit, poate chiar şi legat de însuşi sensul vieţii. Am o nevoie atât de mare de a fi iubit încât mă **agăţ** oameni. La fel ca şi **inima♥** mea, sunt instabil în viaţa mea, în funcţie de reacţiile mele emoţionale. Există, de asemenea, lucruri pe care mi se cere să le fac, dar pe care le fac **împotriva inimii mele.** Trăiesc după rimul rapid al societăţii, îl loc să îmi găsesc propriul meu ritm. **O anomalie a pulsului**[52] îmi dă de înţeles că "**inima♥** mea oscilează între două aspecte" şi că îmi este foarte greu să iau o decizie, cu toate implicaţiile care decurg din ea. În cazul în care ventriculii **inimii ♥** se contractă într-un mod aritmic şi ineficient, este vorba despre o **fibrilaţie ventriculară.** Poate avea drept cauză o afectare a muşchiului cardiac, în urma unei electrocutări sau a unui moment de panică, în cazul fetusului, la naştere. Dacă nu se rezolvă imediat în minutele care urmează, survine moartea subită. Este o situaţie care denotă o decizie foarte importantă pe care trebuie să o iau în viaţă, cu privire la **iubire**, o decizie vitală pentru mine. Mă simt neputincios. Încep prin a-mi oferi toată **iubirea** de care am nevoie pentru a-mi înlocui neliniştile cu mai multă siguranţă interioară şi am încredere în viaţă. **Fibrilaţia auriculară** arată faptul că, în opinia mea nu este legitim să iubesc pe cine vreau, în felul în care vreau eu. Simt anumite constrângeri legate de faptul de a-mi demonstra iubirea pentru oameni. **Tahicardia** se caracterizează prin contracţia rapidă a **inimii♥.** Bătăile ei se accelerează până la mai multe de 90 pe minut, iar această stare se datorează de obicei eforturilor sau emoţiilor puternice. O situaţie de angoasă, un efort fizic sau mental şi frica pot provoca un dezechilibru care afectează pe moment **inima♥**, care lansează un semnal SOS. **Tahicardiile** sunt percepute imediat în caz de angoasă sau atunci când apare un ritm anormal, adrenalina induce bătăile foarte puternice. Într-o astfel de situaţie, am considerat că trebuie să fac tot mai mult şi mai repede ceva pentru a fi iubit sau chiar pentru a avea dreptul de a trăi. De asemenea, pot avea impresia că trebuie să recuperez timpul pierdut într-o anumită situaţie.

---

[52] Pulsul normal variază între 50 şi 80 de pulsaţii pe minut

Bradicardia reprezintă încetinirea bătăilor inimii. Este favorizată de practicarea sporturilor de anduranţă, într-un mod anormal, **inima♥** poate încetini brusc şi provoca o stare de rău, lucru care justifică uneori implantarea unui *pacemaker*. Acumularea unor suferinţe profunde, mai ales în relaţia cu tatăl meu, poate induce o astfel de afecţiune, ca şi cum **inima♥** mea nu mai suportă suferinţa şi decide să se oprească din bătaie. Mă retrag pentru a mă proteja, deoarece nu mai vreau să lupt. Prefer să savurez fiecare moment de fericire şi de **iubire**, deoarece consider că sunt foarte rare. **Extrasistola** (contracţia prematură) arată cât de mult îmi lipseşte **iubirea** părinţilor mei, mai ales a tatălui meu. **Iubirea** mi se oferă cu întreruperi, de obicei în urma separărilor şi a regăsirilor frecvente, care îmi sfâşie **inima♥**. Într-o astfel de situaţie **conştientizez** faptul că **iubirea** este cea afectată. Respir calm şi adânc, îmi ascult **inima♥**. Las să treacă tot ceea ce nu îmi face bine. Aleg drumul pe care vreau să îl urmez, cu multă hotărâre.

Accept ↓♥ ca armonia să revină în viaţa mea, atât la nivel afectiv cât şi pe plan social.

593. INIMĂ♥ (durere...) *Vezi: GREAŢĂ*

594. INIMĂ♥ — INFARCT (... de miocard) *Vezi şi: INFARCT [ÎN GENERAL]*

Când aud vorbindu-se de cineva care a avut un **infarct**, în limbaj popular acest lucru înseamnă de obicei că persoana în cauză a avut un **infarct de miocard**. Se mai numeşte şi **criză cardiacă** sau **atac cardiac.** Organul cel mai afectat de infarct este **inima♥**, **centrul iubirii** din interiorul meu, nucleul emoţiilor mele.

Atacul cardiac reprezintă pentru corp un mod de a-mi arăta într-o manieră disperată faptul că merg prea departe, acord prea multă atenţie detaliilor care nu sunt importante. Îmi preţuiesc şi îmi apăr statutul social, în loc să revin la esenţialul din viaţa mea, care este bucuria de a trăi din toată **inima♥**, de a exprima **iubirea** în familie, de a mă iubi pe mine însumi, de a savura fiecare moment cu intensitate. Este ca şi cum aş comite o infracţiune la adresa fericirii mele şi a **iubirii** de sine. Îmi este foarte teamă de eşec. Ţin atât de mult la tot ceea ce face parte din "teritoriul" meu (soţia, serviciul, prietenii, casa etc.) încât, dacă am impresia că am pierdut ceva sau sunt pe punctul de a pierde ceva sau pe cineva care face parte din teritoriul meu, pot să mă opun situaţiei care apare şi să fac o **criză cardiacă.** Simt că sunt pe punctul de a trebui să **abdic**, **să demisionez.** Risc să văd cum totul se răstoarnă în viaţa mea. Aş vrea "din toată **inima♥**" să rămân şeful, stăpânul situaţiei. Nu vreau să **demisionez**, să renunţ atât de uşor. Mă uit la tot ceea ce am **obţinut** de-a lungul anilor şi observ dacă am impresia că am fost **deposedat** de aceste lucruri sau că se va întâmpla aşa ceva. Poate fi vorba despre obiecte, despre persoane, despre mândria mea, capacităţile mele fizice, intelectuale sau afective. Nivelul meu de dorinţe este nelimitat. Pot chiar să am impresia că voi fi **expropriat** deoarece nu mai sunt binevenit. Oare sunt împiedicat să conduc lucrurile în felul meu? **Atacul cardiac** poate fi, de asemenea, legat de propriile mele sentimente şi de ceea ce trăiesc eu legat de ele. Până unde sunt capabil să simt **iubirea** şi să o exprim faţă de ceilalţi ? Până la ce nivel sunt capabil să mă iubesc şi să mă accept↓♥ aşa cum sunt ? Oare mă oblig să fiu altcineva şi mă forţez prea mult pentru a le demonstra celorlalţi cine sunt şi ce valorez ? Faptul că am un respect de sine atât de scăzut mă împiedică să las pe cineva să intre în universul meu sau în **inima♥** mea.

Deoarece am impresia sunt slab, proiectez o imagine de sine severă. Am un ocean de emoţii prinse în mine şi dacă accept↓♥ să le menţin, am impresia că mă voi îneca, atât de multe am acumulat de-a lungul timpului ! De aceea **angajamentul** este pentru mine ceva foarte greu de trăit. Furia mea, frustrarea, agresivitatea, **ura**, pe care le-am refulat prea mult timp, vor exploda. Descoperirea celor mai importante aspecte din viaţa mea nu se rezumă la cantitatea de bani pe care am câştigat-o sau la succesul pe care îl am.

Inima poate fi asociată atât cu **iubirea** şi compasiunea cât şi cu sentimentele opuse ostilitatea, ura sau respingerea. **Atacul cardiac** survine adeseori într-o perioadă din viaţa mea când competiţia este foarte puternică sau trăiesc o presiune pe plan financiar, la care se adaugă o lipsă de afecţiune sporită din partea familiei şi a celor apropiaţi. Viaţa devine **o luptă.** Trăiesc **înfruntări** care îmi provoacă un stres ridicat. Este totul sau nimic şi viaţa mea îşi pierde sensul dacă trăiesc un eşec. Mă pierd în mii de proiecte şi nu mai sunt în contact cu interiorul meu şi cu persoanele din jurul meu. Mă simt **încălcat. Inima♥** mea este atrofiată de separarea dintre sentimentele mele, implicarea mea, relaţiile mele, Univers şi ritmul său natural. Nu mai am nicio plăcere, nu mai fac nimic din **inimă ♥.** În loc să îmi ascult corpul şi **inima♥**, mă restrâng tot mai mult. Totul devine programat şi compartimentat. Cred că îi resping pe ceilalţi, când de fapt, mă resping pe mine însumi. Mă regăsesc singur, lipsit de **iubire.**

Nu cred că am dreptul să mă opresc: nu pot trăi decât dacă lucrez tot timpul... Cred că ceilalţi mă dispreţuiesc, dar eu sunt cel care se dispreţuieşte singur. Vreau să "mă descurc singur". Uneori îmi vine să cedez, să las totul în urma mea, deoarece este prea mult. Nu mai am puterea de a lupta. Cu cât mă îndepărtez mai mult de ceilalţi, cu atât mă apropii mai mult de moartea mea afectivă. Am impresia că devin o **ruină.** Cred că trebuie să mă lupt. Trebuie să anulez limitele pe care mi le-am impus şi care acum mă împiedică să ajung la un alt nivel de **iubire** şi de acceptare↓♥ ! Dacă mă refugiez în latura mea raţională şi îmi închid corpul pentru a-l împiedica să simtă diferitele emoţii din viaţa de zi cu zi, acesta se întăreşte şi îmi anulez şansele de a înţelege şi de a ierta, atât pe mine cât şi pe ceilalţi, pentru a reuşi să îmi vindec rănile interioare.

Accept ↓♥ să urmez curentul şi să îmi acord timpul necesar pentru a accepta↓♥ tot ceea ce are viaţa să-mi ofere şi să mă înveţe pentru a-mi regăsi liniştea interioară şi a simţi în întreg corpul tandreţea, blândeţea şi **iubirea** din mine, care nu cer decât să îmi hrănească **inima♥** şi să o păstreze sănătoasă. Este o ocazie de a-mi reaşeza priorităţile şi a vedea ce este cu adevărat important. Accept↓♥ faptul că există aspecte ale personalităţii mele pe care refuz să le văd şi ştiu că am toată forţa necesară de a mă privi în oglindă şi a mă accepta↓♥ aşa cum sunt. Îmi recunosc emoţiile pentru a relua contactul cu partea mea afectivă, care mă ajută să experimentez viaţa la maxim. Accept↓♥ faptul că merit să fiu iubit şi să primesc ajutorul celorlalţi.

595. INIMĂ♥ — MIOCARDITĂ

Miocardita este o inflamare a muşchiului cardiac (miocardul). Este una dintre cauzele de moarte subită în cazul copiilor şi tinerilor care au făcut un efort brusc. La adulţi, aceasta se manifestă printr-o deficienţă cardiacă acută (şi adeseori mortală).

"Nu mă simt în deplina putere". Îmi este teamă că **inima♥** mea se **va rupe** sau că nu am **inima♥** suficient de solidă, atât în sens propriu cât şi în sens figurat.

Am un mental foarte puternic şi nu ştiu cum să îmi gestionez emoţiile. Mă simt prins într-o dualitate, între două situaţii, între **inimă♥** şi minte. Slăbiciunea mea emoţională se reflectă în mediul profesional, "nu mă mai trage **inima♥**" la muncă şi îmi este tot mai greu să îmi îndeplinesc sarcinile. Respectul de sine este afectat şi mă întreb cum aş putea ieşi din această încurcătură... Mă simt ca într-o închisoare şi nu văd nicio soluţie şi astfel pot, la nivel inconştient, să atrag o **miocardită**, care îmi va pune viaţa în pericol.

Accept ↓♥ să mă opresc şi să intru în contact cu emoţiile care nu vor decât să fie exprimate. Mă împac cu situaţiile nerezolvate din trecut şi trăiesc în prezent. Sunt în formă maximă atunci când latura mea emoţională şi cea raţională sunt în echilibru şi fiecare ocupă locul care îi revine. Regăsesc **iubirea** din mine şi astfel, stabilitatea: este ceea ce numim inteligenţa **inimii♥**.

596. INIMĂ♥ — PERICARDITĂ

Pericardita este o inflamaţie, de obicei infecţioasă (virală) a **pericardului**, membrana care acoperă **inima♥**. Deoarece pericardul are rolul de a proteja **inima♥**, **pericardita** apare în situaţiile în care simt că **inima♥** mea va fi atacată, atât în sens propriu, cât şi în sens figurat. Îmi este teamă pentru **inima♥** mea şi pentru cea a altcuiva. Vestea proastă care anunţă că cineva apropiat are o problemă **la inimă♥** mă trimite imediat la propria mea frică, teama că şi mie mi s-ar putea întâmpla ceva. Am oare impresia că integritatea a ceea ce constituie terioriul meu este în pericol? Am impresia că sunt **"ars de viu"** ? Mă simt tot timpul nemulţumit faţă de mine însumi şi faţă de viaţă? Trăiesc o situaţie în care mă simt **deşirat**? Trăiesc furie faţă de tatăl meu, care este departe de mine, departe de viaţa mea ?

În loc să simt această furie, accept↓♥ să rămân calm, învăţ să îmi potolesc angoasele şi cer să fiu tot timpul protejat, ştiind că tot ceea ce se va întâmpla va fi spre binele meu.

597. INIMĂ♥ — PROBLEME CARDIACE

Deoarece **inima♥** simbolizează **iubirea**, liniştea interioară şi bucuria de a trăi, **problemele cardiace** provin adesea din lipsa **iubirii**, din tristeţe, emoţii îngropate care reapar la suprafaţă chiar şi după mai mulţi ani. Iubirile secrete, imposibile, **iubirea** din familie risipită de conflicte, toate acestea vor "ataca" **inima♥**. **Inima♥** mea este împietrită de rănile din trecut. Am ajuns să cred că viaţa este grea, stresantă şi reprezintă o luptă în fiecare moment. Mă simt des ca un supravieţuitor, într-o stare în care cred că doar efortul meu va fi răsplătit. Trebuie să mă adaptez la ritmul celorlalţi şi acest lucru îmi conferă un stres foarte mare. Sunt neliniştit, surescitat, angoasat, îmi este greu să îmi fixez limitele sau sunt prea fragil pentru a-mi păstra echilibrul emoţional. Îmi sufoc inconştient copilul interior şi îl împiedic să îşi exprime toată această minunată bucurie de a trăi. **Durerea cardiacă** îmi arată faptul că mă agaţ şi depind de cineva sau de ceva. Nesiguranţa mă face să trăiesc o tensiune interioară puternică. **Inima♥** este asociată cu glanda timus, responsabilă de producerea celulelor T ale sistemului imunitar, aceasta slăbeşte şi rezistă tot mai puţin invaziilor, iar eu trăiesc multă furie, ură, frustrare sau respingere faţă de mine însumi. **O insuficienţă cardiacă** semnalează faptul că văd în anumite situaţii din viaţa mea un eşec şi cât de incompetent mă consider. În loc să îmi urmez impulsurile **inimii♥**, prefer să îi ascult pe alţii, lucru care îmi frânează evoluţia. **Inima♥** are nevoie de iubire şi de pace. Viaţa este făcută pentru a fi privită cu atitudinea unui copil: cu deschidere, bucurie, curiozitate şi entuziasm. Chiar dacă am nevoi afective neîmplinite, încerc să rămân într-un echilibru armonios, cu **inima♥** deschisă pentru a aprecia fiecare gest din existenţa mea. Dacă trebuie să fiu **"operat pe cord deschis"** înseamnă oare că am vorbit mereu "cu **inima♥** deschisă" despre problemele şi suferinţele mele ?

Accept↓♥ să mă iubesc mai mult, să rămân deschis faţă de **iubirea** pentru mine şi pentru ceilalţi. Mă distrez, mă destind, îmi acord timp să exist. Încetez să "mă mai iau în serios". Mă simt liber să iubesc fără obligaţii, ştiind că oricum sunt fericit. Există mai multe expresii pentru a descrie **inima** şi diversele ei stări: a fi "fără **inimă♥**", "a avea **inimă♥**", "a-ţi asculta **inima♥**". Dacă cineva îmi spune: "nu ai **inimă♥**" verific ce înseamnă pentru mine acest mesaj. Poate este un semn că trebuie să schimb ceva. Trăiesc un dezechilibru ? Am palpitaţii ? Sunt tulburat la nivel emoţional ? Oricare ar fi răspunsul, nu aştept să fiu bolnav pentru a înţelege şi a accepta↓♥ schimbările din viaţa mea. Rămân atent, îmi deschid **inima♥** faţă de tot ceea ce este benefic pentru mine. Îmi ascult cu atenţie **inima♥**.

598. INIMĂ♥ — TAHICARDIE *Vezi: INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ*

599. INIMĂ♥ — TROMBOZĂ CORONARIANĂ

Tromboza coronariană reprezintă formarea de cheaguri pe arterele coronare (la nivelul **inimii♥**). Acest blocaj al circulației sângelui provoacă un infarct de miocard imediat după 15 minute de obstrucție, în majoritatea cazurilor. Cheagul de sânge afectează organul principal care reprezintă **iubirea**. În acest caz trebuie să verific cine din viața mea mă împiedică să iubesc liber. Poate fi vorba și despre o furie, un resentiment violent pe care l-am avut față de o persoană iubită. În ce aspect mă simt atacat în iubirea față de mine? Am primit o veste care mi-a răpit rațiunea de a fi, rațiunea care mă ajuta să îmi exprim, iubirea ? Am tendința de a mă izola. Nu mă simt la înălțime față de situațiile care apar în viața mea. Nu îndrăznesc să merg înainte de teamă să nu cad.

Accept↓♥ să mă împac cu mine însumi și cu ceilalți. Pentru a rezolva această situație, devin **conștient** de forțele **iubirii** din mine, mă abandonez și descopăr că Universul îmi oferă soluția de care am nevoie.

600. INSOLAȚIE *Vezi și: ACCIDENT, CĂLDURĂ, PIELE*

Dacă mă expun prea mult timp la soare, risc să fac o **insolație**, care se va manifesta prin arsuri de piele și o încălzire a corpului, care reprezintă creșterea temperaturii corpului în centrii nervoși. Fie că s-a produs din neatenție (am adormit la soare) sau din cauza unui calcul greșit a timpului de expunere sau din orice alt motiv, trebuie să trăiesc o culpabilitate din moment ce mă "pedepsesc" astfel. Dacă sunt în vacanță pot să mă întreb dacă cred că merit cu adevărat acea vacanță. Pielea este legată de ceea ce trăiesc în interiorul meu și ceea ce trăiesc în exterior. Este posibil să trăiesc o frustrare legată de **conștientizarea** faptului că, viața mea exterioară nu este tot timpul așa cum aș vrea eu să fie în interiorul meu. Intensitatea insolației sau a încălzirii indică importanța unei anumite forme de disperare pe care o simt. Soarele fiind simbolul tatălui, înseamnă că încerc să caut, inconștient, prezența adevăratului meu tată, pe care îl percep distant sau care mi-a lipsit când eram copil. Tatăl având de obicei rolul autorității, este posibil ca în prezent, să am tendința de a îmi ceda puterea, autoritatea mea, în mâinile altcuiva. Este posibil să mă simt frustrat, deoarece mă simt la cheremul evenimentelor exterioare. Caut **Iubirea** (cu majusculă) în exteriorul meu și o asociez mai ales cu sexul. Trebuie să învăț să descopă această Iubire în interiorul meu, în toate aspectele personalității mele, pe care de multe ori încerc să le ascund, să le neg. Mă distrug în loc să am grijă de mine. Am încredere mare în ceilalți și prefer să îi urmez decât să fiu eu responsabil de mersul lucrurilor. Frica mea este mai mare decât sentimentul meu de neputință și decât frustrarea mea. De aceea prefer să rămân inactiv. Mă devalorizez des, mă consider prea urât, prea gras, insuficient de inteligent, pe scurt, mă pedepsesc singur. Acest lucru poate să amplifice criticile pe care le primesc de la ceilalți. Am tendința să acționez compulsiv, deoarece frustrarea mea este mare. Modalitatea mea de protecție față de durere, atât fizică cât și emoțională, este izolarea.

Accept↓♥ să îmi dezvolt respectul față de mine, să recunosc cine sunt, să mă apreciez la adevărata mea valoare. Ai cer vieții să mă ajute să apreciez lucrurile frumoase pe care mi le oferă. Voi străluci mai puternic și nu voi mai avea nevoie

ca "soarele să mă ardă" pentru a-mi aminti să mă poziționez ăn viața mea. Accept↓♥ să îmi recapăt puterea. Accept↓♥ faptul că soarele de care am atâta nevoie, se găsește în **inima♥** mea, mă încălzește și mă liniștește în momentele cele mai dificile ale vieții mele.

601. INSOMNIE

Incapacitatea de a dormi corespunde unei spaime puternice de a te abandona și a te lăsa purtat de somn. Trăiesc o stare de nesiguranță și vreau să am controlul asupra a tot ceea ce se întâmplă în viața mea. Totuși, atunci când dorm, "facultățile mele mentale" dorm și ele și sunt mai vulnerabil, deoarece simțurile mele sunt mai sensibile și mai deschise spre necunoscut. De aceea, dacă îmi păstrez mentalul ocupat cu tot soiul de idei, tot felul de situații, chiar și fictive, împiedic somnul să mă cuprindă. Viața mea este cuprinsă de angoasă, de culpabilitate și, uneori chiar de un soi de paranoia. Am impresia că o persoană din anturajul meu este **răuvoitoare** față de mine și am impresia că trebuie să **veghez** tot timpul. Simt un pericol în timpul nopții, ceea ce mă împiedică să adorm. Am de multe ori impresia că ceva nu îmi este bine. Acest lucru poate proveni din sentimentul că ego-ul meu sau supraviețuirea mea au fost deja amenințate într-un anumit fel, ceea ce este de înțeles, dacă am suferit traumatisme profunde, mai ales la vârsta între trei și cinci ani. Există posibilitatea să simt o nervozitate extremă și să îmi fie greu să mă poziționez și să iau decizii. Când merg la culcare, sunt doar eu cu mine: nu mai am copiii, soțul, colegii de serviciu. Sunt deconectat de la lumea exterioară și nu aud decât ceea ce este în interiorul meu. Dacă sufăr de **insomnie**, dacă îmi neg sunetele interioare, ceea ce se întâmplă în interiorul meu și mă împiedic să le exteriorizez, activitatea mea mentală, conversația mea cu mine însumi nu se poate opri și astfel voi fugi de somn. Dacă îmi pun prea multe întrebări, mă întreb tot timpul dacă: "Am făcut cutare sau cutare lucru ?... Ce se va întâmpla dacă..." îmi manifest astfel lipsa de încredere în mine și în ceilalți. Trăiesc tulburat în loc să am încredere că merit și mi se va întâmpla tot ceea ce este mai bun. Este ca și cum aș muri de fiecare dată când adorm și acest lucru îmi reactivează fricile, mai ales frica de necunoscut din întuneric. **Insomnia** poate fi strâns legată de culpabilitate conștientă sau inconștientă. Dintr-un motiv sau altul, pot avea impresia că "nu merit să mă odihnesc". Poate pentru că mă simt vinovat fiindcă nu am reușit în viață, nu am făcut tot ceea ce trebuia pentru copiii mei etc. Sau poate m-am programat și cred că somnul "este o pierdere de timp", "am atâtea lucruri de făcut..." Glanda timus este foarte strâns legată de **somn** și de energia **inimii♥**. Astfel, **insomnia** poate avea legătură cu capacitatea mea de a mă iubi pe mine însumi, de a avea încredere în **iubire** și astfel, în viață.

Accept↓♥ să mă relaxez, să respir mai bine și să las controlul, să îmi găsesc pacea sufletească, pentru a lăsa **somnul** să intre în viața mea. Învăț să am încredere în mine și știu că "pământul va continua să se învârtă" chiar dacă eu îmi permit câteva momente de odihnă. Mă relaxez, știind că sunt îndrumat mereu și că vocea mea interioară știe ce este mai bun pentru mine.

602. INSUFICIENȚĂ CARDIACĂ *Vezi: INIMĂ♥ [PROBLEME CARDIACE]*

603. INTESTINE (afecțiuni ale...) *Vezi şi: CANCER COLON / LA INTESTIN / COLITĂ /*

Intestinul este centrul absorbţiei şi integrării mâncării (păstrează ceea ce este bun pentru corp şi elimină restul), această se regăseşte este atât la nivel fizic (alimentele), cât şi emoţional (emoţii, sentimente) şi mental (gânduri). Tot ceea ce îmi provoacă tristeţe, frică, confuzie, revoltă, ruşine sau orice alt gând sau sentiment discordant, poate găsi o cale de a se elibera şi creează probleme **intestinale.** Deoarece la acest nivel are loc digestia, dacă sunt tulburat şi mă simt victima unei "lovituri necinstite", a unei"escrocherii" sau dacă am impresia că cineva m-a păcălit, voi avea o **afecţiune la intestine,** pentru că, pur şi simplu, nu pot digera acea situaţie! Voi fi afectat, mai ales dacă este vorba despre un membru al familiei mele, care este "ticălosul". **Problemele intestinale** apar frecvent în urma unei separări, de un partener, de un asociat, de un copil, un profesor etc. Pentru că nu pot digera această situaţie, se va manifesta printr-o problemă la **intestine**. Chiar dacă "aş muri de foame" tot aş continua să mă încăpăţânez şi să refuz să accept↓♥ ceea ce s-a întâmplat. Dacă a fost afectat **intestinul subţire**, pot avea tendinţa să judec situaţiile care apar şi să am opinii foarte tranşante faţă de noţiunile mele de "bine" şi de "rău". M-am "înăsprit" ca urmare a severităţii pe care am experimentat-o când eram copil. De asemenea, am tendinţa să cred că mi-au lipsit multe lucruri în viaţă. Îmi estre greu să îmi aleg, să **asimilez** adevăratele mele nevoi. **Intestinele** (mai ales **intestinul gros**) au legătură şi cu **abilitatea mea de a mă relaxa**, de a mă simţi în siguranţă în interiorul meu, pentru a fi spontan. **Intestinele mele simbolizează faptul de a lăsa să circule evenimentele din viaţa mea.** Pot avea o nevoie foarte puternică de a **reţine** şi de a **controla** ceea ce mi se întâmplă. Mă agăţ de anumite lucruri, de persoane sau de situaţii, uneori ajung să trăiesc sentimente de gelozie şi de posesivitate şi **intestinele** mele sunt congestionate de tot ceea ce reţin şi nu mai este folositor, lucru care poate cauza, printre altele, **constipaţie** sau **tuberculoză** Mă las "ros" de critici şi mă las afectat de denigrări şi de jigniri. Mă opun schimbării, deoarece faptul de a dobândi mai multă autonomie, mă sperie. Trăiesc cu suferinţă şi durere, deoarece îmi este greu să trec mai departe, să las în urmă o persoană sau o situaţie. O **proastă absorbţie intestinală** indică faptul că nu ştiu ce este bun pentru mine. Prefer să mă supun docil unui şef, unei religii etc. în loc să trăiesc conform propriilor mele credinţe şi propriilor mele valori. Atunci când renunţ, deoarece nu ştiu ce sens să dau vieţii, poate apărea o **perforaţie intestinală**.

Accept↓♥ să fiu autonom şi să îmi spun că am toate resursele mecesare în interiorul meu, pentru a crea ceea ce vreau. Singura persoană pe care o pot controla, sunt eu însumi!

604. INTESTINE (cancer la...) *Vezi: CANCER LA INTESTINE*

605. INTESTINE — COLICĂ *Vezi şi: GAZE*

Colica este o contracţie rezultată dintr-o **mare tensiune interioară**, dintr-o situaţie care mă face vulnerabil şi care mă enervează atât de tare încât pot apărea congestia intestinală, durerile de stomac, afecţiunile la canalele glandulare sau la căile urinare.

Sunt agitat şi iritat faţă de o situaţie sau o persoană. Acest lucru mă supără şi îmi provoacă o **colică.** Nu pot controla lucrurile şi mă deranjează acest lucru. Nu am încredere în capacităţile mele, nu am încredere în mine, îmi este teamă că nu voi fi la înălţime, nu ştiu ce să fac pentru a rezolva o problemă. Un exemplu tipic, legat de **colicile sugarului** este acela al mamei, căreia îi este teamă că nu îşi îngrijeşte corect copilul, că nu face destul epentru el. Bebeluşul resimte anxietatea mamei şi devine, la rândul său neliniştit (copilul afectat de **colici** trebuie să fie înconjurat de calm, de răbdare şi de iubire).

Accept↓♥ faptul că tot ceea ce se întâmplă în viaţa mea este spre binele meu. Prin urmare, mă relaxez şi fac tot ce ştiu mai bine, cu **iubire.** Lucrurile pe care le consideram probleme şi nesiguranţe devin pur şi simplu experienţe care mă ajută să îmi urmez evoluţia şi să cresc. Exerciţiile de respiraţie, de relaxare şi de meditaţie mă pot ajuta să reiau contactul cu interiorul meu, să descopăr toate forţele din mine şi să fac să dispară **agitația** mea, faţă de o persoană sau o situaţie care **mă agasează.**

606. INTESTINE — COLITA (mucozități) *Vezi şi: INFLAMAȚIE, INTESTINE — COLON*

Colita (terminaţia –ită, indică o furie) este inflamaţia, uneori ulceroasă, a **colonului**, intestinul gros. Rolul colonului poate fi comparat cu felul în care mă comport, în care mă port în universul meu. Când sunt incapabil să fiu eu însumi faţă de autoritate sau faţă de relaţiile mele personale (partenerul, părinţii, profesorii, şefii etc.) îmi controlez gesturile şi acţiunile deoarece îmi este teamă de reacţia persoanei a cărei admiraţie şi **iubire** vreau să le am. Trăiesc într-un mod pasiv şi cred în fatalitate. Am o stare de neputinţă faţă de o persoană sau un grup, faţă de care mă simt supus unei autorităţi sau unei puteri. Sunt acolitul (complicele) cuiva şi nu şeful. Trec prin situaţii care îmi provoacă indigestie. Este ca şi cum aş fi agasat tot timpul. Mă simt oprimat şi respins. Am tendinţa de a manifesta un comportament obsesiv compulsiv. Mă agăţ de trecut şi, în loc să avansez în viaţă, sunt în aşteptare. **Colitele** apar des la copiii care se tem de reacţiile părinţilor lor, care sunt foarte severi şi foarte exigenţi cu ei. Trăiesc o lipsă de **iubirea** pe care mi-o oferea mama mea. Am **o nevoie de afecţiune foarte mare, de iubire şi de a fi valorizat** şi vreau **să plac cu orice preţ celorlalţi** (chiar dacă acest lucru înseamnă să-mi sufoc personalitatea şi nevoile fundamentale). Nu pot fi eu însumi şi nu îndrăznesc să îmi exprim emoţiile, le refulez. Sunt foarte exigent faţă de mine însumi şi foarte stresat de faptul că tot timpul îmi folosesc capacitatea la maxim. Înghit de mai multe ori lucruri care mi se par nedigerabile. Această **dependenţă afectivă** mă determină să simt o furie care mă roade în interior, frustrare şi umilinţă. Dacă trăiesc aceste sentimente exagerat, poate apărea un **ulcer**. Reacţiile mele emoţionale m-au avertizat că trebuie să îmi schimb atitudinea, dar nu am înţeles mesajele. Iar acum am primit mesajul pe plan fizic. Cum să reacţionez ? **Colita hemoragică** (denumită popular şi **boala hamburger,** în anumite ţări) indică faptul că există un conflict în relaţie cu un membru al familiei sau a unui grup, pe care îl consider ca pe o familie.

Accept↓♥ ca fericirea să vină din ceea ce simt în interior. **Învăț să mă iubesc**, să fiu eu însumi şi să **mă poziţionez**. Renunţ la ideile mele perconcepute şi la prejudecăţi. Dobândesc astfel independent şi autonomie şi realizez că sunt tot mai fericit deoarece acum acţionez în conformitate cu propria mea natură.

607. INTESTINE — COLON (afecțiuni ale...) *Vezi şi: CANCER DE COLON*

Colonul (sau **intestinul gros**) se află între intestinul subţire şi rect. Aici are loc ultima parte a digestiei materiei, care este preparată pentru a fi evacuată. Când este afectat **colonul**, este important să mă întreb: "Ce vreau să reţin atât de mult ?". Mă aflu într-o situaţie, de mai mulţi ani şi acum trebuie să mă detaşez de un anumit aspect, dacă nu, de întreaga situaţie, pentru a face loc unor situaţii noi. Poate fi legat de un aspect din viaţa mea personală sau profesională. Îmi este teamă de lipsă, de singurătate, de suferinţă. Am nevoie să las deoparte o situaţie murdară sau degradantă, care a fost dureroasă şi tulburătoare şi pe care încă nu am reuşit să o înţeleg. Este posibil să fi simţit că îmi este pătată reputaţia şi acest lucru m-a iritat. **Colonul iritabil** indică faptul că trăiesc o nervozitate mare, care poate lua proporţii exagerate, dacă mă aflu în faţa unei situaţii necunoscute. Nu ştiu să fixez limite şi îmi pot simţi intimitatea afectată. Astfel devin controlant, pentru a-mi asigura un sentiment de siguranţă. Dacă există **mucozităţi anormale**, trebuie să mă întreb ce anume am acumulat (emoţii, sentimente) pentru a umple un gol interior, dar acum acele sentimente şi emoţii mă împiedică să îmi păstrez concentrarea pe obiectivele mele de viaţă.

Oxiuraza (infestarea colonului cu viermi, oxiuri), care afectează mai ales copiii, indică existenţa unui sentiment de a fi abuzat. Mă simt împiedicat în relaţiile mele şi în ideile mele, din cauza ataşamentului faţă de trecut şi faţă de oameni. Vreau, cu orice preţ să fiu pe placul unuia dintre părinţii mei. Sunt confuz din această cauză şi îmi risipesc energiile, mă simt departe, separat de celălalt. Există o situaţie sau o persoană cu care trebuie să rup legăturile.

Accept↓♥ să las trecutul să fie evacuat, îmi abandonez vechile gânduri, pentru a lăsa să apară în viaţa mea înţelepciunea interioară. Devin tot mai conştient de bogăţia mea interioară şi de integrarea noilor experienţe din viaţa mea. Lăsând curentul vieţii să circule în mine, ştiu că, orice s-ar întâmpla, voi şti să fac faţă situaţiei şi voi deveni mai împlinit, mai bogat.

608. INTESTINE — CONSTIPAȚIE *Vezi şi: CANCER LA COLON*

Constipaţia are loc în interiorul **intestinului**, atunci când mişcările **musculare**, care ajută la eliminare, au fost încetinite, lucru care provoacă o acumulare a deşeurilor. Aceste deşeuri sunt manifestarea fizică a ideilor mele negre, a preocupărilor, a furiei mele, a geloziei. **Constipaţia** este adeseori asociată cu o dietă săracă în fibre alimentare. Acest lucru indică existenţa unei voinţe puternice de a **controla** evenimentele din viaţa mea, rezultată din nesiguranţă şi incertitudini. Sunt o persoană foarte **nesigură, care are nevoie de aprobarea celorlalți.** Este posibil să fiu obsedat de detalii, să am nevoie să verific totul de mai multe ori pentru a mă asigura că totul este "sub control". Astfel ajung să îmi pun întrebări legate de identitatea mea în raport cu cei din jurul meu, cu locul meu în societate. Pot ajunge să fiu chiar şi meschin şi egoist, pentru siguranţa mea. Situațiile care favorizează **constipaţia** pot apărea şi atunci când trec printr-o situaţie financiară dificilă, când am relaţii conflictuale sau când plec într-o călătorie, deoarece într-o călătorie mă pot simţi şi mai neliniştit şi "fără ancoră". De multe ori, trăiesc o dualitate între "vreau să plec" şi, în acelaşi timp "vreau să rămân". Îmi este teamă de necunoscut. **Mă agăț de vechile mele idei şi de bunurile mele personale.** Sau poate vreau să reţin pe cineva. Ceea ce ştiu deja îmi permite să deţin un anumit control şi îmi conferă **iluzia siguranței**. Reţin trecutul faţă de care mă simt un sclav umil. Nu mă simt la înălţime, sunt neputincios să schimb anumite situaţii şi acest lucru mă face să fiu constipat. Îmi este atât de teamă că voi fi judecat, criticat încât îmi refulez spontaneitatea. Îmi refulez şi "problemele" şi emoţiile din trecut, de teamă că vor ieşi din nou la suprafaţă şi că va trebui să le fac faţă. Trăiesc sub presiune. Mă simt strâmtorat într-o situaţie şi din această cauză sunt crispat. Am tendinţa să fac provizii, din teama de a avea lipsuri pe plan material. Dacă sunt **copil**, faptul de a-mi reţine scaunul înseamnă un anumit control sau putere, devenit adult, vreau să fac acelaşi lucru, chiar dacă inconştient, în semn de provocare, faţă de autoritate, în general. Când mi-am permis să mă poziţionez şi să fiu eu însumi? Când a fost ultima data când m-am simţit liber şi plin de energie? Ce anume mă reţine? De ce această jenă de a iubi, de a mă reţine să dau sau să îmi ofer iubire, atât în relaţiile amicale cât şi în cele afective ? De ce există atâta culpabilitate ?

Accept↓♥ să **las să plece** tot ceea ce nu îmi convine, să mă relaxez. Accept↓♥, **aici şi acum**; să mă eliberez de trecut, să merg înainte şi să trăiesc o viaţă mai plină de pasiune. Mă simt mult mai destins, deoarece am încredere în viaţă.

609. INTESTINE— CROHN (boala lui...) SAU ILEITĂ *Vezi şi: APENDICITĂ, INTESTINE — DIAREE*

Ileita este o inflamaţie a ultimei părţi a intestinului subţire, ileonul, care se manifestă prin dureri puternice. În cazul bolilor provocate de bacterii sau viruşi, **ileita** poate fi confundată cu o criză de apendicită. Infecţiile legate de SIDA şi de tuberculoză pot provoca inflamarea ileonului, dar cazurile cronice reprezintă **boala lui Crohn**[53].

Semnificaţia poate fi o formă de autopedepsire, ca urmare a unui puternic sentiment de culpabilitate. Există "gânduri negre", furie şi disperare. Vreau să îi împiedic pe copiii mei să devină autonomi şi fac tot posibilul în acest sens. Acest lucru îmi afectează respectul față de mine: nu mă simt la înălțime, "nu sunt bun", "nu valorez nimic". Mă depreciez atât de mult încât ajung să cred că nimeni nu mă iubește și că ceilalți vor ca eu să mă simt inferior. Ajung să mă supun în fața celorlalți. Aceste sentimente se adaugă unei situații în care trăiesc o lipsă, fie pe plan material, fie pe plan afectiv. Am impresia că obiectul acestei lipse, care era vital pentru mine, mi-a fost luat într-un fel brutal și respingător. La toate accestea, se poate adăuga frica de moarte. Revolta fierbe în interiorul meu. Simt cu tot corpul un sentiment de ură, care mă apasă greu și pe care refuz să în văd. O minciună poate fi cauza acestei uri. Toate acestea nu fac decât să îmi amplifice frica de a fi respins de ceilalți. Pentru că îmi este greu să mă integrez într-un grup, rămân izolat în colțul meu, cu grijile mele. Mă simt ca un rege (sau regină) în palatul meu: mă agăț de coroană și mă ascund în spatele ei. Mă simt amenințat de lumea întreagă și mă ascund după o mască, un titlu sau o imagine falsă. Vreau ca ceilalți să mă placă, pentru a mă simți mai puternic și pentru a-mi ascunde neputința. Sunt tot timpul pe picor de război. Nu pot să accept↓♥ cât de rea a fost familia mea cu mine, și acest lucru îmi "sfâșie **inima♥**". Pentru că am impresia că nu valorez nimic, boala mă poate ajuta să primesc atenția de care am nevoie și pe care consider că nu o primesc. Respectul meu față de mine este foarte scăzut și sunt prea deschis, pe plan energetic, la nivelul zonei abdomenului, pentru a lăsa orice să intre înăuntru, inclusiv lucrurile negative din jurul meu, care mă pot afecta. Mă resping atât de tare, încât, la nivel energetic, este ca și cum abdomenul meu ar deveni un coș de gunoi, în care îi las pe cei din jurul meus să arunce energia negativă. Mă las antrenat în acest sistem, deoarece nu mă poziționez destul și resping situațiile, fiind astfel afectat de diaree. Sunt într-un proces de căutare a propriei mele identități personale sau spirituale și gravitatea bolii îmi arată cât de puternic afectează aceasta un aspect din viața mea care este fundamental, esențial.

---

[53] **Crohn** (Burrill Bernard): chirurg (1884-1983) la spitalul Mount Sinaï Hospital din New York. Boala a fost descrisă în anul 1932 în Statele Unite.

Accept↓♥ să găsesc mijloacele pe care le pot folosi pentru a îmi dezvolta respectul față de mine și pentru a îmi găsi adevărata identitate, locul pe care îl ocup în familia mea sau în societate. Astfel îmi voi regăsi liniștea și armonia din viața mea. Faptul de a-mi găsi cu adevărat locul îni conferă o protecție naturală față de mediul meu și astfel pot găsi siguranța de a fi eu. Viața este frumoasă și eu am dreptul să o trăiesc !

610. INTESTINE — DIAREE

Diareea este o emisie prea frecventă, acută sau cronică, a scaunului. **Diareea** se manifestă prin deplasarea atât de rapidă a mâncării din stomac în **intestin** încât nu are timp să fie asimilată integral. Poate avea o durată scurtă sau poate fi cronică (durează mai mult de trei săptămâni). **Este provocată de multe ori de dorința de a evita sau de a fugi de o situație sau o realitate, dezagreabilă sau nouă pentru mine.** Am o mulțime de idei noi și nu am timp să le integrez. Aș vrea ca unele lucruri să meargă mai repede în viața mea, ceea ce îmi provoacă multă nerăbdare. Mă simt prins într-o capcană de un lucru nou pentru mine și sensibilitatea mea este întoarsă cu susul în jos ! Poate mă simt prins față de obligațiile mele, față de lege. Mă **resping**, mă critic și sunt disperat ! Am trăit o escrocherie pe care nu reușesc să o diger și vreau să o elimin cât mai repede. M-am simțit păcălit, amorțit. În plus, în prezent am o imagine de sine foarte negativă. Mă culpabilizez. Mă simt depășit de evenimente. Îmi este greu, în relațiile intime, să accept↓♥ **iubirea**, tandrețea și bunătatea altora. Trăiesc o dependență care mă face incapabil să acționez. Nu este vorba despre mâncare, ci gândurile sunt ecle care **nu îmi mai convin**. Vreau să elimin fiecare lucru periculos sau murdar. Deoarece nu le pot "evacua" prin cuvinte, corpul meu le exprimă altfel ! Dacă păstrez mult timp ideea de respingere sau sentimentele de respingere (teama de a mă simți respins sau dorința de a-i respinge pe alții) sau o situație în care mă simt prizonier, există nari șanse să sufăr de **diaree**. Pot să mă simt atât de depășit de evenimente încât vreau să se termine cât mai repede. În același timp, las să plece emoțiile negative care sunt legate de aceste evenimente. Pot să mă simt neputincios și prefer să fug decât să fiu nevoit să "înfrunt evenimentele". Îmi este greu să spun "nu" și să mă respect. **Intestinul** refuză digestia și elimină imediat ceea ce aș vrea să scot în exteriorul meu. Îmi caut identitatea și aș vrea să corespund așteptărilor părinților mei. Dacă nu ascult viața și semnalele ei, poate apărea o diaree spontană. Am astfel de emoții și în cazul în care sunt afectat de **holeră**: nefiind conștient de puterile mele creatoare, cred că siguranța mea depinde de ceva din exterior (dumnezeu, guvernul etc.). Mă simt neputincios, disperat, fără resurse. Pot fi condamnat să trăiesc în nefericire.

Accept↓♥ să îmi acord timp pentru a-mi vedea, a-mi simți și a-mi asculta **inima♥**, pentru a vedea ce se întâmplă în viața mea. Astfel, integrez și asimilez situațiile din viața mea și din trecutul meu. Când sunt cu adevărat liniștit, îmi dau seama cât de grăbit eram și nu aveam timp să văd brunătatea și frumusețea vieții. Corpul meu mă avertizează că trebuie să am încredere în viață și că sunt sprijinit întotdeauna. Îmi accept↓♥ forțele interioare creatoare. Accept↓♥ faptul că merit să fiu fericit, să am propriul meu spațiu, în care să trăiesc respectându-mă pe mine și pe de ceilalți. Oriunde aș trăi în lume, pot să creez o lume mai bună, în care este totul frumos.

NOTĂ: Unii turiști, când sunt în vizită în țări în curs de dezvoltare, se îmbolnăvesc de **diareea turiștilor**. Descoperirea unei sărăcii devastatoare și a mizeriei, le deschide **inima♥** și le deranjează, inconștient mentalul și corpul fizic. De obicei este o reacție inconștientă, care îmi arată cât de atașat pot fi de un anumit confort sau un anumit stil de viață.

611. INTESTINE — DIVERTICULITA

Diventriculita (-ita=furie) este inflamația micilor cavități (**diventriculi**) ai peretelui colonului (intestinul gros). Această afecțiune are legătură cu **furia** reținută, din viața mea de zi cu zi. În prezent trăiesc o situație în care mă simt prizonier și din care nu văd nicio ieșire. Acest lucru îmi creează o tensiune, o presiune, suferință și durere. Mă simt prins într-o capcană. **Intestinul** meu devine fragil, la fel ca emoțiile mele. Nu am încredere în nimic și mă aștept tot timpul să se întâmple ceva rău. Sunt secretos față de ceilalți. Nu vreau să las pe nimeni să intre în viața mea personală. Primul pas pentru ameliorare este acceptarea↓♥. Cum aș putea să rezolv un lucru a cărui existență refuz să o accept↓♥ ?

Accept↓♥ situația ca fiind o realitate și rămân deschis la comunicarea divină, care îmi aduce **iubirea** necesară pentru a integra această experiență. Îmi las la o parte vechile resentimente. Doar prin acceptarea↓♥ și deschiderea mea voi găsi diverse soluții, deoarece nu voi mai fi orbit de furie.

612. INTESTINE — DIZENTERIE *Vezi și: INTESTINE— COLICI / DIAREE*

Dizenteria este o boală infecțioasă și contagioasă, care provoacă inflamația ulceroasă a **intestinului** gros. **Dizenteria** indică cât de mult sunt centrat pe viitor și deconectat de prezentul meu (de mine însumi) și faptul că îmi resping trecutul. Rămân ferm pe poziție și mă opun celor care au opinii diferite de ale mele. **Dizenteria amibiană**, este cea mai comună formă fiind cauzată de un parazit intestinal, indică faptul că există cineva care se agață de mine, la fel ca un "parazit" adevărat. Asta dacă nu sunt eu cel care se agață de ceilalți... Întotdeauna am făcut tot ce am știut mai bine, dar de multe ori, m-am lăsat pe mine la o parte. Mi-ar plăcea să preia altcineva conducerea, deoarece există lucruri pe care nu le mai suport sau **simt** că nu mai am capacitatea de a le face, pe plan fizic sau psihologic. **Dizenteria bacilară** este cauzată de o bacterie intestinală și indică faptul că nu sunt capabil să mă apăr. Îi las pe ceilalți să profite de mine. Nu merg nicăieri, sunt golit, pe plan financiar și afectiv. Îmi dezvolt o atitudine dură și aspră, pentru a mă proteja.

Accept↓♥ să fiu în contact cu emoțiile mele actuale, să fiu sincer față de lucrurile pe care vreau să le schimb în viața mea. Cer ajutor, dacă am nevoie, îmi asum responsabilitatea față de mine însumi și redevin stăpân pe viața mea.

613. INTESTINE — GASTRO-ENTERITĂ *Vezi și: STOMAC / [AFECȚIUNI ALE...] / GASTRITĂ, INTESTINE — DIAREE, GREAȚĂ*

Gastro-enterita este inflamarea acută a mucoaselor **gastrice** (din stomac) și **intestinale (intestin)**, caracterizată prin vărsături și o diaree de origine infecțioasă. Este posibil să determinăm "cauza exterioară" a bolii și să o asociem cu apa sau alimentele contaminate. Totuși, trebuie să aflăm "cauza interioară" care m-a determinat să am această afecțiune. În acest caz, factorul iritant este mult mai important decât într-un caz de gastrită simplă, pentru că este afectat nu numai punctul prin care intră alimentele, ci și cel prin care ies, ceea ce indică faptul că sunt atât de iritat și defrustrat din cauz a ceea ce mi se întâmplă, încât nu mai pot absorbi orice ar fi. Vreau să resping o situație sau o persoană sau viața întreagă, sunt "roșu de furie" și acest lucru îmi provoacă diaree și vărsături. Îmi este greu să accept↓♥ evenimentele și faptul că voi muri într-o zi. Este posibil să mai păstrez anumite idei și gânduri, care sunt acum inutile. Există o persoană sau o situație pe care nu le suport și acest lucru se întoarce împotriva mea și mă irită emoțional. Sunt bântuit de unele gânduri, care mă rod pe dinăuntru. Trăiesc multe incertitudini. Sunt cuprins de disperare și sensibilitatea mea este foarte tulburată. Îmi este frică de mine însumi, de ceea ce există în interiorul meu. Mă consider o persoană rea și mi-e teamă că am mulți dușmani. Trăiesc o nesiguranță puternică și prefer să mă topesc în mulțime, în loc să mă ridic și să fac câteva valuri în jurul meu. Nu îmi permit să îmi trăiesc viața așa cum vreau. Este posibil să îmi fie greu să diger autoritatea, deoarece am tendința de a trăi conform legilor stabilite după vechile mele credințe, la care nu există nicio posibilitate să renunț.

Accept↓♥ să fiu deschis față de o nouă realitate, de idei noi și să învăț din nou să am încredere în ceilalți și în viață, fiind capabil să îmi manifest dezaprobarea în loc să o las să dospească în interiorul meu și să-mi creeze dureri de tot felul. Încetez să mai aștept aprobarea celor din jurul meu.

614. INTESTINE — RECT *Vezi și: ANUS*

Rectul este segmentul terminal al intestinului gros, care se continuă cu colonul sigmoid[54] și orificiul anal. Dacă există cineva sau ceva în viața mea, care mă contrazice și judec acea persoană ca fiind "rău famată" sau "ticăloasă", aș vrea să scot acea persoană sau acel lucru din gândurile mele și din viața mea. Dacă nu reușesc, pot apărea dureri și sângerări în zona **rectului**. Dacă trăiesc această situație într-un mod foarte acut, ca pe o mare escrocherie **de neiertat**, pe care îmi este imposibil să o refulez, este posibil să apară tulburări ale **rectului**, chiar un **cancer de rect**. Poate fi vorba despre plecarea cuiva drag, pe care nu o accept↓♥, deoarece am nevoie să fiu în contact, să comunic cu acea persoană. Sau rețin cu toate puterile o persoană sau o situație. Îmi este greu să iert ceea ce s-a întâmplat în trecut și acest lucru mă împiedică să renunț și să merg mai departe, deoarece m-am simțit umilit. Totuși, dacă trăiesc un sentiment de repulsie și dezgust, de ce să vreau să rețin acel lucru cu orice preț ? Situația trăită implică, de obicei, un membru al familiei. În astfel de situații, este afectat mai mult **rectul sigmoid superior**. Este posibil, fie să vreau să renunț la cineva sau la ceva din viața mea și sunt incapabil, fie, poate fi vorba de ceva sau cineva din exterior care mă constrânge să facă parte din viața mea și sunt foarte iritat din această cauză. Învăț să rămân deschis și să încerc să înțeleg cauza situației care mă deranjează. Observ că, chiar dacă eu am impresia că cineva a acționat greșit, acea persoană avea probabil intenții bune și motivele ei erau bine întemeiate. Când este afectată **partea inferioară a rectului**, este vorba despre o situație în care mă întreb ce loc îmi revine mine, care este scopul meu în viață și care este adevărata mea putere. Orientarea mea sexuală poate fi, de asemenea pusă sub semnul întrebării. Există un mare semn de întrebare legat de cine sunt, de identitatea mea, de direcția pe care trebuie să merg, deoarece, când eram tânăr am trăit într-un sistem foarte directiv. Este posibil să mă simt foarte singur și foarte abandonat. Există o lipsă de recunoaștere în familia mea, îmi caut locul. Am impresia că nu am un loc al meu în familie și mă simt separat de ceilalți și îmi este teamă că voi fi abandonat. Oare îmi trăiesc viața mea sau pe a altcuiva ? Mizele sunt foarte mari și pot fi atât de crispat, încât toți mușchii mei sunt crispați. Este important de menționat că, această stare poate fi legată de un eveniment din copilăria mea: rolul eliminării la copii este esențial și reprezintă ușurința sau dificultatea mea de a face față autorității, parentale, mai ales, precum și o oarecare frică de a-mi pierde controlul. Afecțiunile legate de **defecație** reflectă felul în care rețin sau las să plece problemele mele interioare sau aspectele ascunse ale personalității mele.

---

[54] **Colon sigmoid:** segment al colonului, în formă de ansă, care coboară în partea stângă a cavității pelvine și se prelungește până la rect

Accept↓♥ să îmi recunosc calitățile și știu că, indiferent de deciziile luate, rezultatul va fi întotdeauna spre binele meu. Trebuie să învăț **să iert** fie pe mine, fie pe alții. Este ca și cum aș da iertarea finală, înainte de a mă elibera de toate lucrurile negative pe care lea-m păstrat în interiorul meu de-a lungul anilor. Astfel îmi voi regăsi pacea interioară și voi fi **regele** propriei mele vieți.

615. INTESTINE — TENIA

Tenia este un vierme parazit, care se fixează în intestin și a cărui lungime poate ajunge de la câțiva milimetri la câțiva metri. Boala cauzată de acest parazit se numește **teniază**.

Denumit popular și "vierme solitar", acest parazit se dezvoltă la o persoană care are impresia că i se impuni idei sau moduri de a gândi, opuse celor pe care le are. Mă simt departe și separat de mama și vreau să îi fiu pe plac, fiind tot timpul curat și aranjat. Totuși, mă simt trist și neînțeles, abuzat și murdar. Pot avea impresia că în jurul meu sunt tot soiul de "paraziți". Deoarece îmi este greu să mă afirm și să spun nu, mă las "devorat" de energie. Preocupările, suferințele, pe care îmi este greu să le uit, vor favoriza, de asemenea, apariția **teniei**. Acest gust amar îmi face digestia dificilă, plămânii mei lasă să treacă o energie coruptă și viermii paraziți se pot instala, ducând la iritare și nervozitate. Este posibil ca și eu să fiu un soi de parazit pentru cineva, crezând că am absolută nevoie de acea persoană pentru a reuși în viață sau pentru a mă proteja ? Trăiesc iluzii și mă simt înșelat. Critic foarte ușor. Sunt ca un vierme, fără "coloană vertebrală": trebuie să mă sprijin de ceilalți. Neg ceea ce sunt, mă simt ca și cum cineva străin ar trăi în mine. M-am îndepărtat de ființa mea și trăiesc un mare gol.

Pentru a-mi vindeca interiorul, accept↓♥ să am grijă de ideile mele, fac loc pentru plăcere și bucurie. Mă poziționez, îmi ocup locul cuvenit în viață. Îmi recapăt puterea. Îmi conduc viața așa cum vreau eu. Trăiesc în adevăr și revin la adevăratele mele valori.

616. INTESTIN SUBȚIRE (afecțiuni ale...) *Vezi și: INTESTINE — COLITĂ*

Intestinul subțire este partea intestinului situată între stomac și intestinul gros. Este locul în care are loc absorbția alimentelor. Aceasta corespunde integrării, **asimilării** informațiilor primate de **conștiința** mea și faptului de a decide ce vreau să fac cu aceste informații. Analizez ceea ce este bun pentru mine și ce vreau să resping. Dacă sunt tulburat sau neliniștit, dacă sunt obligat să-mi las la o parte valorile sau prioritățile, pentru a fi pe placul altora, **intestinul meu subțire** va reacționa. Trebuie să fac față des alegerilor și deciziilor. Îmi este teamă să pot să pierd ceva, dacă îi las pe ceilalți să decidă în locul meu, în loc să am încredere în vocea mea interioară, iar **intestinul meu subțire**, nu va mai putea funcționa normal. Prin închiderea mea, prin critica mea și refuzul de a renunța la trecut, refuz să integrez în viața mea ideile noi sau experiențele noi. Este posibil să mă simt separat de familia mea sau de partenerul meu, este ca și cum s-a dezintegrat o structură. Când conflictele devin insuportabile și nu le mai pot digera, este posibil să apară un **cancer**. Vreau să înțeleg totul, să analizez ce se întâmplă, cauzele lucrurilor și acest lucru mă roade pe interior. Faptul de a nu mă simți **acceptat↓♥**, mai ales de către familia mea, mă întristează foarte tare. Unele subiecte sau întrebări **ascunse** sau nespuse, care ar fi putut fi rezolvate, "putrezesc" în interiorul meu.

Accept↓♥ să fiu mai deschis față de noile experiențe și să am încredere. Las această energie a mișcării să pătrundă în viașa mea. Astfel, voi putea avansa liber și îmi voi asculta vocea interioară, care știe exact ce este bine pentru mine. Îi mulțumesc Sursei pentru tot ceea ce primesc și mă bucur de prezent.

617. INTESTIN SUBȚIRE — RECTOCOLITA HEMORAGICĂ *Vezi și: INTESTINE — COLITA*

Rectocolita hemoragică (RCH) este o boală inflamatorie a tubului digestiv, care afectează doar rectul și colonul (intestinal gros). De obicei, se manifestă printr-o alternanță diaree-constipație. Fecalele conțin sânge. Este o afecțiune cronică cu episoade inflamatorii de gravitate variabilă și faze de remisie, uneori de lungă durată.

Inflamația este reacția organismului la agresiune, oricare ar fi agresorul. Reacția inflamatorie corespunde afluxului de celule de apărare ale organismului, denumite celule imunitare (globulele albe, unele dintre ele secretă anticorpi) al căror rol este să elimine agresorul. De cine sau de ce anume mă simt agresat ? Am impresia că mă otrăvesc cu tensiunile pe care mi le provoc singur. Există ceva ce nu diger, legat de familia mea și nu mă pot debarasa de acel lucru. Ceilalți se agață de mine și eu nu mai suport !

Accept↓♥ să mă poziționez față de ceilalți, mai ales față de membri familiei mele. Îmi afirm nevoile și mă simt liber în alegerile mele.

618. INTOLERANȚA LA GLUTEN

Glutenul este proteina din făina de grâu, care în fabricarea pâinii, constituie trama elastică care conține bulele de gaz carbonic și a căror coagulare prin căldură fixează textura miezului. Dacă am **intoleranță la gluten**, trebuie să mă întreb dacă am impresia că mă simt strâmtorat, că ceilalți îmi stau tot timpul în cale, îmi ocupă spațiul vital, mai ales prietenii mei. Nu mai pot să respir normal, atâta lume este în jurul meu. Trăiesc o dualitate, deoarece îmi plac oamenii, mai ales pentru că mă suportă, mă susțin și mă protejează. Uneori am senzația că cei din jurul meu vor să îmi schimbe viața sau chiar să o conducă. Mă simt prizonier în mine însumi și, prin urmare și al celorlalți. Aș vrea să las totul baltă, să îi resping, departe de mine. Oare ce vreau să îmi ascund ? Sunt foarte sensibil și mă las uşor invadat. Recunosc că mi-am atins limitele. Totuşi, trebuie să învăţ să îmi găsesc locul, să îmi ofer spaţiu vital.

Accept să↓♥ recunosc care sunt nevoile mele adevărate şi să le afirm faţă de toţi cei din jurul meu. Îmi pot afirma individualitatea şi mă pot poziţiona respectându-i pe ceilalţi. Aleg să trăiesc momente de singurătate, pentru a reintra în contact cu universul meu interior. Sunt conştient că aici voi găsi toate răspunsurile. Sentimentul meu de Libertate va creşte de fiecare dată când îmi ascult vocea interioară, care îmi cunoaşte adevăratele nevoi şi găsec mijloacele pentru a le împlini eu însumi.

619. INTOXICAŢIE *Vezi: OTRĂVIRE [... PRIN MÂNCARE]*

620. ISTERIE *Vezi şi: LEŞIN, NERVI [CRIZĂ DE...], NEVROZĂ*

Sunt **isteric** atunci când am o nevroză şi îmi exprim conflictul psihic pe plan corporal sub forma unei crize de nervi, convulsii sau pierderea cunoştinţei etc.

Când fac o criză de **isterie**, nu ştiu în ce direcţie să mă îndrept, mă detaşez de realitate, mă refugiez în imaginar şi pot avea tendinţa să îmi exprim conflictul interior în public. Îmi exprim în mod inconştient tendinţele refulate şi vreau să atrag atenţia pe care nu o primesc în viaţa de zi cu zi. **Isteria** apare după o lungă perioadă de lipsă de afirmare şi de exprimare de sine şi a nevoilor mele. M-am devalorizat atât de mult încât m-am retras tot timpul în faţa celorlalţi. M-am deconectat de mine însumi pentru a evita să sufăr. Dar atunci când nu mai suport să mă simt respins, diferit, neînţeles, neiubit, explodez.

Îmi port pică deoarece mă simt atât de neputincios şi de incapabil, dar furia şi violenţa mea sunt îndreptate spre ceilalţi. Vreau ca ceilalţi să mă asculte şi să mă iubească. Este un aspect adevărat, mai ales dacă fac parte dintr-o minoritate, religioasă, etnică sau de altă natură. Când trăiesc o astfel de stare, aceasta scoate în evidenţă durerea şi suferinţa interioară pe care le simt. Am nevoie să îmi vindec rana interioară pentru a a-mi regăsi un echilibru mai puternic, mai multă armonie şi pace interioară, pentru a pune capăt acestor tulburări.

Accept↓♥ să **conştientizez** faptul că **iubirea**, bucuria, spontaneitatea, exprimarea de sine, vor ocupa mai mult loc în viaţa mea. Ceea ce cer celorlalţi trebuie să îmi ofer eu însumi. Învăţ să îmi ascult nevoile şi să le împlinesc singur. Dacă mă respect, ceilalţi mă vor respecta şi ei. Cer ajutor pentru a fi îndrumat în alegerea demersului terapeutic care mă va ajuta să am o stare mai bună.

Î

621. ÎMBĂTRÂNIRE (afecţiuni legate de...)

Îmbătrânind, corpul meu îşi pierde flexibilitatea. Merg mai greori, dexteritatea mea se deteriorează. Care este mesajul transmis de corp ? Este posibil să regret anumite aspecte din trecutul meu, sau cred că nu mai am loc pe lumea aceasta, că a sosit timpul **să mă opresc.** Cred, de asemenea, că viaţa era mai bună înainte. Refuz să văd lucrurile frumoase din prezent. Gândurile mele se concentrează pe trecut şi critic prezentul. Această rigiditate în gândirea mea se transmite întregii mele fiinţe. **Îmbătrânirea** este o etapă la care trebuie să mă adaptez. Pentru că, de fapt, încep să îmbătrânesc imediat după naştere şi continui, până în momentul morţii, întrebarea este când încep **să îmbătrânesc** "prea repede" sau "prea tare" ? Nu există un barem în acest sens. Procesul de îmbătrânire se poate accelera atunci când trăiesc prea mult în mintea mea şi prea puţin, în **inima♥** mea. Dacă cedez puterea mea creatoare altcuiva, dacă las societatea să dicteze ce anume este bun pentru mine, dacă vreau să joc un rol pentru a fie acceptat↓♥ de către cei din jurul meu şi nu trăiesc în funcţie de valorile mele personale şi îmi limitez astfel libertatea, dacă refuz să îmi consider emoţiile nişte aliaţi, dacă sunt închis în faţa **Iubirii**, dacă îmi omor creativitatea şi pulsiunile profunde, atunci pot deveni rigid şi mă pot gândi la vârsta pe care o am.

Accept↓♥ să am încredere în mine. Accept↓♥, de asemenea, să trăiesc momentul prezent la nivelul **inimii♥** mele. Ignor ceea ce nu este benefic pentru mine. Păstrez lucrurile care mă fac să râd, să mă bucur, care îmi dau energie, **iubire**, faţă de mine şi pentru ceilalţi. Accept↓♥ să fiu deschis faţă de schimbări şi accept↓♥ să primesc şi să dau din **inimă♥**. Astfel, starea mea va fi din ce în ce mai bună. Am convingerea să tinereţea **inimii♥** şi cea a corpului este eternă. Corpul meu fizic nu poate decât să manifeste aceste gânduri pozitive de sănătate şi de tinereţe.

622. ÎMBĂTRÂNIRE PATOLOGICĂ *Vezi: SENILITATE*

623. ÎNDOIALA

Îndoiala este legată direct de mental. Este o stare obsesională care mă împiedică să mă "conectez" la planul fizic. Îndoiala poate rezulta din întrebări de genul: "am făcut sau nu am făcut acel lucru"? Îmi pun întrebări foarte concrete sau, din contră, sub formă metafizică, legat de valoarea vieţii, de religie, de datorie, adevăr etc. Îmi pun sub semnul întrebării deciziile pe care le iau, mă întreb dacă am făcut alegerea corectă, în anumite situaţii ale vieţii. Îndoiala îmi poate tulbura şi otrăvi existenţa.

Accept ↓♥ să îmi ascult vocea interioară şi să am mai multă încredere în viaţă. Îmi liniştesc eul interior şi accept↓♥ să mă eliberez de ataşamentele mentale, care îmi opresc evoluţia spirituală. Când este vorba despre relaţiile mele cu cei din jur, **învăţ să îmi verific** nevoile, impresiile, intuiţiile faţă de acele persoane, în loc să îmi otrăvesc existenţa cu îndoiala.

624. ÎNCHEIETURĂ *Vezi: ARTICULAŢII*

625. ÎNCHEIETURA MÂINII *Vezi şi: ARTICULAŢII*

Încheieturile mâinilor sunt articulaţiile, pivoţii care fac posibilă mobilitatea, supleţea şi flexibilitatea mâinilor şi care fac legătura cu braţele. **Încheieturile** iniţiază mişcarea mâinilor, care vor să efectueze o mişcare, pentru a fi în acţiune. **Încheieturile mâinii** simbolizează voinţa în acţiune. Dacă acţionez şi înaintez într-un mod fluid, încheieturile mâinii vor fi puternice şi sănătoase. O **rigiditate** a acestora mă împiedică să acţionez armonios sau să aleg tot ceea ce îmi oferă viaţa.

Există o obstrucţie, un blocaj sau un refuz faţă de acţiunile pe care ar trebui să le fac. Sunt afectate activităţile care au nevoie de dexteritate. Care ar fi avantajul pe care îl pot trage din faptul că acum sunt "obligat" să nu fac anumite mişcări, anumite activităţi ? Presiunea pe care o trăiesc poate fi atât de mare încât nu mai ştiu în ce direcţie să merg. Trăiesc o indecizie puternică. Vreau să resping responsabilităţile pe care le am în anumite situaţii, nu vreau să îmi asum sau să recunosc importanţa actelor mele. O **durere** la încheieturile mânii poate indica energia refulată, cu privire la ceva ce trebuie făcut, dar mă abţin să fac acel lucru. Sau, poate fi vorba despre ceva ce s-a realizat în trecut şi acum mă apasă atât de tare încât vreau să îi neg existenţa. **Fractura** sau **entorsa** indică un conflict puternic de exprimare faţă de viaţă şi de felul în care aceasta mă foloseşte, pentru a-şi împlini opera. **Fractura** mă reduce la ordine şi îmi transmite să nu mai îmi găsesc motive pentru a fugi de responsabilităţile mele. Trebuie să încetez să dau vina pe ceilalţi, pentru propria mea rigiditate. O afecţiune la **încheietură** arată cât de influenţabil sunt. Pot să mă opun unor schimbări, unor soluţii noi sau, pur şi simplu, propriei mele creativităţi. Mă simt înlănţuit, legat, într-o situaţie sau într-o relaţie şi sunt împiedicat să spun ceva. Trebuie să mă imobilizez şi să nu îmi mai mişc mâinile.

Accept↓♥ să meditez la aceste dureri pentru a **conştientiza** faptul că trebuie să eliberez aceste energii, prin **iubire** şi încredere, deoarece circulaţia lor liberă mă ajută să acţionez într-un mod constructiv. Am încredere în mine, sunt determinat şi păstrez o deschidere care mă ajută să evaluez fiecare situaţie. Astfel, rămân la nivelul **iubirii** şi tot ceea ce fac este în armonie cu evoluţia mea. Mă bucur de toate oportunităţile pe care mi le oferă viaţa.

626. ÎNCHEIETURA MÂINII — SINDROMUL DE TUNEL CARPIAN

Sindromul de tunel carpian se caracterizează printr-o senzaţie de îngreunare, de furnicături şi, uneori, de durere în degete. Afectează mai ales femeile, în timpul sarcinii sau la menopauză şi se manifestă noaptea sau dimineaţa, la trezire. În cazul unei **femei**, acest sindrom apare în perioadele de mari schimbări

hormonale, când nu mi-am integrat aspectul feminin în totalitatea sa. Apare de obicei, în momente în care mă simt împinsă pe planul secundar sau nu mă mai simt la locul meu. Înainte, aveam senzaţia că eu sunt stâlpul care aduce echilibru în viaţa mea şi a celor apropiaţi (în familie, la serviciu, în activităţile sociale). Acum, deoarece atenţia este îndreptată spre altcineva, îmi creez o presiune pentru a găsi noi modalităţi de a fi remarcată. Fie că sunt **bărbat**, fie că sunt **femeie**, nu ştiu cum să îmi folosesc autoritatea: am nevoie să mă relaxez, dar refuz să îmi pierd controlul, să "las frâiele din mână". Am tendinţa de a da ordine. Mă simt îndepărtat de partenerul/partenera mea şi nu mai sunt în contact cu sexualitatea mea, aproape inexistentă. Întrezăresc foarte puţine soluţii şi căi de urmat. "Tunelul" este foarte strâmt". Mă simt presat de viaţă şi strivit de responsabilităţile mele, ceea ce face luarea de decizii şi mai grea. Structurile pe care mă oblig să de respect mă fac să mă simt limitat.

Accept↓♥ noutatea, schimbările care apar în viaţa mea. Orice situaţie sau orice provocare care apare are drept scop să mă ajute să dobândesc sau să dezvolt noi forţe sau noi calităţi pentru a-mi dezvolta pe deplin potenţialul. Este important să fac acest demers singur, faţă de mine însumi, faţă de schimbările fizice şi psihice petrecute în mine. Accept↓♥ să îmi asum riscuri, să descopăr diverse posibilităţi care îmi vor aduce satisfacţia personală, deoarece îmi voi depăşi fricile ! Aleg să integrez tot ceea ce sunt, mă eliberez de lucrurile care mă ţin legat şi renasc.

627. ÎNGĂLBENIRE *Vezi: ICTER*

628. ÎNERUPERE VOLUNTARĂ A SARCINII *Vezi: NASTERE — AVORT*

K

629. KAPOSI (sarcomul lui...) *Vezi și: SIDA*

Sarcomul lui Kaposi [55] (sau Boala lui **Kaposi**) este o proliferare malignă a țesutului conjunctiv. Este o afecțiune rară și cu evoluție lentă. Există o formă de evoluție rapidă, în cazul persoanelor afectate de SIDA. Deoarece țesutul conjunctiv servește ca susținere pentru alte țesuturi din corp (nutriție, apărare), observ în ce aspect din viața mea mă simt abandonat mie însumi. Poate m-am abandonat într-un evenimente care mi-a marcat viața, care reprezintă un punct de cotitură. Am nevoie de un sprijin, atât moral cât și fizic. Mă simt obosit de rolul meu de "stâlp al familiei", față de copiii mei sau față de alți membri ai familiei, față de care am responsabilități, pe care îi am în grijă. Sunt cuprins de revoltă când mă înfrunt cu propria mea neputință.

Îmi accept↓♥ limitele și caut ajutorul de care am nevoie. Știu că mă pune pe mine pe primul loc, fac acest lucru conștient și îmi acord timp pentr9u a îmi fac pe plac și a mă odihni. Îmi regăsesc libertatea și bucuria de a trăi.

630. KILLIAN (polip al lui...) *Vezi: NAS — KILLIAN [POLIP AL LUI...]*

---

[55] **Kaposi** (Moriz): dermatolog și histolog austro-ungar (1837-1902). În 1870, descrie xerodermia pigmentară. Există mai multe afecțiuni care îi poartă numele: pustuloza vaccinoformă, sacromatoza hemoragică și o formă de lupus cronic, cu noduli hipodermici. A publicat o lucrare de dermatologie, la Viena în anul 1879. În același an a condus clinica de dermatologie Allgemeines Krankehaus, transformând Viena în centrul mondial al dermatologiei.

L

631. LABII *Vezi: VULVĂ*

632. LABIRINTITĂ *Vezi: CREIER — ECHILIBRU [PIERDERE...]*

633. LACRIMI *Vezi: PLÂNS*

634. LARINGE *Vezi: GÂT — LARINGE*

635. LARINGITĂ *Vezi: GÂT — LARINGITĂ*

636. LARINGE (cancer la...) *Vezi: CANCER LA LARINGE*

637. LENE

Lenea este tendința de a evita orice activitate, de a refuza orice efort. Are legătură cu starea de slăbiciune față de viață în general, o atitudine pasivă, deoarece nu vreau să fac eforturi sau să mă forțez să fac ceva. Evitând să acționez, evit în același timp să fiu criticat și să fiu judecat. Rămân în cochilia mea și în monotonia mea.

Accept↓♥ să acționez. Încep să acționez, să fac lucruri pentru a-mi recăpăta energia, elanul, bucuria de a trăi. Îmi descopăr astfel talentele care au rămas ascunse până acum și acest lucru îmi conferă un sentiment de împlinire personală !

638. LEPRA *Vezi și: CRONICĂ [BOALĂ...], NERVI, PIELE / [ÎN GENERAL] / [AFECȚIUNI ALE...]*

Lepra, denumită și **boala lui Hansen**[56], este o boală infecțioasă. "Dacă am **lepră**, am impresia că nu am tot ceea ce îmi trebuie pentru a-mi asuma viața, responsabilitățile." "De ce am contactat această infecție ? Am o lepră cronică, provocată de bacilul lui Hansen, care se manifestă prin afectarea pielii, a mucoaselor și a nervilor ? Boala este frecventă mai ales în țările tropicale. Are un caracter "familial", este contagioasă și perioada sa de incubație este lungă (între trei și cinci ani). Dacă sunt atins de **lepră** mă simt murdar, impur și nu mă simt la înălțime. Sufăr de izolare și simt chiar dezgust față de mine însumi. Mă autodistrug. "Boala aceasta a existat în familia mea ? În familia mea exista comunicare ? Suferința cauzată de lipsa de comunicare m-a afectat atât de mult, încât vreau să mă distrug ? sensibilitatea mea a fost atinsă, "jupuită de vie". "oricum, oare merită să trăiesc ?" Am tendința de a mă întreba des acest lucruri și abandonez totul, mă simt incapabil să schimb ceva în viața mea. Trăiesc ca o victimă, în loc să fiu creator al vieţii mele. Mă simt condamnat, criticat de dumnezeu, de societate sau de cei din jurul meu. Mă simt neputincios să schimb ceva. Port toată răspunderea pentru nenorocirile de pe pământ, pe umerii mei. Renunţ la bagajul acumulat în trecutul familiei mele şi îmi găsesc locul MEU în societate.

---

[56] **Hansen** (Gerhard Henrick Armauer): medic și botanist norvegian (1841-1912). În anul 1869 a descoperit bacilul leprei într-un nodul. Doar în anul 1874 și-a publicat descoperirea la Societatea Medicală Christiana. A fost numit inspector general pentru a se ocupa de lepră, în Norgegia.

Accept↓♥ ca de acum înainte să mă hrănesc cu gânduri de **iubire** şi de armonie, pentru a-mi crea o nouă piele, care va reflecta mai mult fiinţa divină din mine. Îmi reiau puterea, pe care am lăsat-o celorlalţi cu mult timp în urmă şi îmi asum responsabilitatea pentru viaţa mea. Îmi recunosc energiile creatoare. Accept↓♥ faptul că, corpul meu fizic face parte din fiinţa mea divină. Accept↓♥ faptul că merit tot ceea ce este mai bun !

639. LESBIANĂ *Vezi: HOMOSEXUALITATE*

640. LEŞIN SAU PIERDEREA CUNOŞTINŢEI *Vezi şi: CREIER — SINCOPĂ, COMĂ*

Leşinul este o **pierdere a cunoştinţei** temporară sau de durată variabilă, care poate dura de la câteva secunde la o jumătate de oră. Dacă am o **pierdere a cunoştinţei** totală, bruscă şi de scurtă durată, vorbim despre o **sincopă**. Dacă pierderea cunoştinţei durează o perioadă mai mare de timp, este vorba despre **comă.** Sub orice formă ar fi, **pierderea cunoştinţei,** mă ajută să **fug de realitate**. Evadez pe moment, deoarece sunt foarte obosit şi rezistenţa mea este la capăt. Sunt incapabil să fac faţă situaţiilor din viaţa mea sau să am grijă de mine. Am stări alternante de **frică, angoasă** sau **descurajare** şi **neputinţă.** Îmi este frică că voi pierde controlul şi nu voi putea fi "la înălţime" faţă de anumite persoane sau situaţii. Sunt aici şi totodată **altundeva.** Am tendinţa de a face lucrurile în mod **automat.** Mă simt învins dinainte. Nu mă mai simt hrănit şi susţinut de viaţă. Când mă agăţ de ceva, blochez toate energiile şi forţele din mine. Am nevoie ca viaţa mea să se schimbe.

Accept↓♥ să încetez să mă mai agăţ de trecut şi de vechile mele idei. Las viaţa să îşi urmeze cursul. Accept↓♥ să am încredere în univers, deoarece totul face parte din evoluţia mea.

641. LEUCEMIE *Vezi: SÂNGE — LEUCEMIE*

642. LEUCOPENIE *Vezi: SÂNGE — LEUCOPENIE*

643. LEUCOREE *Vezi şi: CANDIDA, INFECŢII, PIELE— MÂNCĂRIME, SALPINGITĂ*

Leucoreea mai este denumită şi sucurgere albă sau scurgere vaginală. Este o infecţie vaginală care indică, fie un refuz de a avea relaţii sexuale, fie culpabilitate sau agresivitate faţă de partenerul meu, sau faptul de a nu avea un partener. De multe ori este cauzată de impresia mea că sunt neputincioasă în faţa partenrului meu şi, pentru că am impresia că nu am nicio putere asupra lui, această boală devine un soi de instrument de manipulare, care mă face să simt că eu controlez situaţia, deoarece EU decid dacă pot avea relaţii sexuale sau nu. Am atâta nevoie de **iubire**, dar o aştept din exterior, în loc să îmi ofer eu însumi. Deoarece nu sunt în contact cu nevoile şi dorinţele mele, joc rolul victimei. Nevoile mele sunt pe locul doi, după nevoile celorlalţi. Sunt supusă şi pot chiar să mă las exploatată, în cazul în care nu sunt eu cea care îl exploatează pe partenerul meu. Energiile mele creative sunt complet ignorate. Faptul de a fi femeie nu înseamnă că trebuie să fiu supusă celorlalţi. Nu mai pot să "mă adaptez" mereu celorlalţi, să fac concesii, mai ales în relaţia de cuplu.

Accept↓♥ să îmi ocup locul, să îmi recunosc adevărata valoare şi să mă conving că eu sunt singura persoană care are controlul asupra mea şi asupra vieţii mele.

644. LEZIUNI *Vezi: PIELE — LEZIUNI*

645. LIGAMENTE *Vezi: ARTICULAŢII — ENTORSE*

646. LIMBA *Vezi şi: GUST [TULBURĂRI DE...]*

Limba este un organ muscular, de care este legat gustul şi face parte din aparatul digestiv. Dacă vreau să exprim verbal un gând, am nevoie de **limbă**. Dacă **îmi muşc limba**, trebuie să mă întreb dacă îmi port pică pentru ceea ce tocmai am spus, dacă trăiesc culpabilitate. Oare ştiu "să îmi ţin gura" ? Îmi face rău să nu spun lucrurile aşa cum le trăiesc, să nu îmi exprim sentimentele, nefiind capabil să găsesc cuvintele potrivite ? Când folosesc expresii de genul: "acest lucru îmi stă pe limba" sau "ai limba ascuţită", reflectă o situaţie legată de ceva "spus" sau "nespus", care poate genera afecţiuni ale **limbii (înţepături, senzaţie de arsură)**. Ce anume mă "arde" să fac ceva sau să mă abţin să spun ceva? Sentimentul meu de neputinţă mă face să tac. Pot păstra pentru mine un secret de familie, pe care, dacă l-aş divulga, ar exista riscul să trăiesc o ruşine. Deoarece am impresia că nu sunt ascultat, devin complet indiferent faţă de ceilalţi. Dacă există o culpabilitate faţă de ceea ce am spus, **îmi muşc limba.** Expresia din limba franceză "a-şi întoarce limba de şapte ori, înainte de a vorbi" ilustrează acest lucru. O **durere la limbă** indică ceva bine precizat, un lucru pe care refuz să îl spun şi care rămâne "pe vârful limbii". **Un coş pe vârful limbii** indică faptul că îmi reprim elanurile de pasiune, atât verbale cât şi fizice. Poate este vorba despre o amintire dureroasă, pe care aş vrea să o exprim, pentru a mă elibera. Dacă **limba** mea este **fisurată**, vreau să încetez să mai joc rolul de "băiat bun sau fată bună" şi să spun tuturor: "Destul ! Ascultaţi-mă ! M-am săturat să mă simt împărţit, în dualitate între ceea ce vreau să exprim şi ceea ce spun cu adevărat. Am **limba greoaie sau umflată** când vreau să gust mai mult din viaţă, sau simt un "dezgust" faţă de o persoană, un lucru sau o situaţie. **Limba încărcată** indică cât de mult am impresia că mă încurc în cuvinte şi nu ştiu să le exprim. **Un ulcer pe vârful limbii** arată faptul că, mă arde ceva ce vreau să spun. Retragerea în mine sau o culpabilitate legată de plăcerea care îmi este oferită, poate determina limba să reacţioneze, în cazul unei **glosite (inflamaţii)**, de exemplu. Nu îndrăznesc să gust toată savoarea vieţii. Nu fac decât să mă pedepsesc şi trăiesc ca un sclav. O **micoză** (limba acoperită de un înveliş albicios) manifestă critica şi furia care mă rod pe interior, pe care nu îndrăznesc să le exprim. Am fost rănit în trecut şi acest lucru mă urmăreşte şi acum, prefer să fiu singur, cu durerea mea.

Accept↓♥ ca începând de acum să "gust" toate bucuriile vieţii, care mi se oferă. Învăţ să îmi exprim opinia, să fiu respectat cu diferenţele mele şi să mă bucur de viaţă !

647. LIMBĂ (cancer la...) *Vezi: CANCER LA LIMBĂ*

648. LIMFA (afecţiuni limfatice) *Vezi şi: CANCER LA GANGLIONI [... A SISTEMULUI LIMFATIC], GANGLION [... LIMFATIC], INFECŢII, INFLAMAŢIE, EDEM, SISTEM IMUNITAR*

Limfa conţine globule albe, proteine şi lipide (sub formă de grăsime). Limfa luptă împotriva infecţiilor şi respinge ceea ce este rău pentru corp. **O inflamaţie a vaselor limfatice (limfangită)** indică capacitatea mea de a-mi controla emoţiile, mediul din jurul meu, dar acum nu mai pot! Mă simt descurajat! Mă simt asemenea unui elefant mare, prins într-o casă mică: vreau să ies, vreau să fiu liber! **Edemul limfatic** semnifică sentimentul meu de nesiguranţă. Îmi construiesc o imagine în care sunt deasupra tuturor, dar acest lucru mă face fragil, deoarece viaţa mea se bazează pe un teatru, în loc să trăiesc la nivelul **inimii♥** mele. Sunt confuz şi nu ştiu ce drum să aleg, ceea ce mă face vulnerabil.

Afecţiunile limfatice sunt un semnal de a fi atent la gândurile mele, de a-mi gestiona emoţiile şi de a accepta↓♥ ca bucuria să circule liber în mine, ca o sevă într-un copac. Trebuie să revin la esenţial şi să îmi concentrez atenţia pe adevăratele valori ale vieţii, în loc de lucrurile materiale care am impresia că îmi lipsesc.

649. LIMFATISM

Limfatismul se caracterizează printr-o paloare anemică, o moliciune a ţesutului şi o piele fină. Nu am forţă şi rigoare. De teamă de a fi rănit, nu fac nimic, am o atitudine pasivă, îmi lipsesc îndrăzneala şi vitalitatea. Nu mai găsesc nicio motivaţie în viaţă şi mă simt inutil. Îi las pe ceilalţi să îmi invadeze viaţa, deoarece am o dificultate în a-mi delimita spaţiul vital şi a-l face respectat.

Faptul a nu mă accepta↓♥ pe mine însumi îşi are de multe ori cauza în situaţii în care mă judec foarte aspru. **Limfatismul** indică faptul că am nevoie să mă reconciliez cu mine însumi. Este un semn că trebuie să redevin stăpân pe viaţa mea, să mă mişc, să fac să avanseze lucrurile pentru a face energia să circule şi a ieşi din această letargie care mă determină să fac tot mai puţine lucruri şi să mă adâncesc tot mai mult în negativism.

Accept↓♥ să îmi recapăt elanul, aleg să ofer bucurie celor care are nevoie de ea, prin mici gesturi şi astfel mă simt mai util, ceea ce mă va ajuta să mă preţuiesc mai mult.

650. LIMFOM *Vezi: HODGKIN [BOALA A LUI...]*

651. LIPOM (în general) *Vezi şi: CHIST*

Un lipom este o alterare a ţesutului, palpabilă pe o anumită parte a corpului sau într-un organ. Este ca o explozie a corpului, care ţipă în interiorul meu şi are nevoie să se exteriorizeze. Asemenea unui ou gata să eclozeze, nu mai pot să reţin ceea ce are nevoie să se exprime, să se spună. Am impresia că "îi las pe ceilalţi să intre în spaţiul meu vital ?" Sau că muncesc prea mult pentru a avea rezultate bune? Trăiesc o situaţie conflictuală cu şeful meu? Trăiesc o dualitate între ceea ce există în realitate şi ceea ce exprim: tot ceea ce reţin în mine poate exploda sub forma unui lipom. Pot avea confruntări cu cei din jurul meu. Analizez o situaţie în care nu am reuşit să îmi exprim nevoile şi pe care am amplificat-o prin faptul de a păstra totul ascuns în mine.

Accept↓♥ să îmi exprim liber ideile, emoţiile. Pot, de asemenea, să scriu ceea ce am nevoie să clarific în interiorul meu, tot ce se întâmplă în mine, înainte de a le împărtăşi celorlalţi. Acest exerciţiu mă ajută să eliberez preaplinul din mine, să revin la nivelul inimii♥ şi să îmi regăsesc liniştea. Îmi recapăt astfel pacea interioară şi armonia cu propria mea fiinţă şi cu cei din jurul meu. Acum îmi pot exprima calm gândurile, cu încredere şi **iubire** necondiţionată.

652. LITIAZA BILIARĂ *Vezi: CALCULI BILIARI*

653. LITIAZA RENALĂ *Vezi: CALCULI RENALI*

654. LOCOMOŢIE *Vezi: SISTEM LOCOMOTOR*

655. LOMBAGO *Vezi: SPATE [DURERE DE...] - ZONA LOMBARĂ*

656. LOMBALGIE *Vezi: SPATE [DURERE DE...] — ZONA LOMBARĂ*

657. LORDOZĂ *Vezi: COLOANĂ VERTEBRALĂ [DEVIAŢIE A ...] — LORDOZĂ*

658. LSD (consum de...) *Vezi: DROGURI*

659. LUMBAGO *Vezi: SPATE [DURERE DE...] — ZONA LOMBARĂ*

660. LUPUS *Vezi: PIELE — LUPUS*

661. LUPUS ERITEMATOS CRONIC *Vezi: PIELE — LUPUS*

662. LUXAŢIE *Vezi şi: ACCIDENT, FURIE, DURERE, OASE*

Luxaţia reprezintă deplasarea a două extremităţi osoase ale unei articulaţii. Poate fi vorba despre umăr, cot, degete, genunchi, vertebre, şold. De multe ori, **luxaţia** apare în urma unei lovituri, a unui şoc, a unei mişcări forţate. În funcţie de locul unde s-a produs **luxaţia**, trebuie să mă întreb ce frică sau ce şoc emoţional îmi dau impresia de a fi prins "ca şi cum aş fi pus într-o cuşcă". Vreau să scap de o obligaţie, dar mă simt obligat, prins în acea situaţie. E ca şi cum aş purta o cămaşă de forţă şi aş încerca din toate puterile să scap din ea. Corpul meu a reacţionat invers, şi-a asumat contralovitura emoţională.

Am impresia că nu îmi mai găsesc locul în această lume ? Mă simt destabilizat în emoţiile mele de către o persoană sau un eveniment ? Faţă de cine sau de ce sunt atât de intransigent ? Dacă **luxaţia** îmi afectează **umărul**, mă întreb de cine anume vreau să mă apropii. Luxaţia de **mandibulă** (dizlocarea articulaţiei temporo-mandibilare) indică faptul că mă simt prins într-o situaţie, nu mai pot nici înainta, nici da înapoi. Mă simt rupt între raţiune şi pasiune.

Accept↓♥ să-mi **conştientizez** libertatea interioară şi las **lumina** să intre în toate situaţiile care par să mă limiteze, pentru a-mi **dizolva** şi a-mi disipa fricile şi a avea mai multă armonie în viaţă.

M

663. MALABSORBŢIE INTESTINALĂ *Vezi:INTESTINE*

664. MALARIA SAU PALUDISMUL Vezi şi: COMA, FEBRA, SÂNGELE

Se manifestă prin febră puternică. Aceasta are legătură cu critica şi cu refularea contra a ceva sau contra cuiva pe care-l iubesc .Comunicarea este afectată. Nu pot face alegeri autentice cu privire la relaţiile mele. M-am pierdut speranţa că pot face faţă unei situaţii. Partea mea masculină este „în hibernare". Tot ce văd mi se pare negativ.

Accept↓♥ să-mi schimb punctual de vedere faţă de viaţă, să-mi recunosc posibilităţile,să renunţ laranchiună, pentru a-mi regăsi pacea interioară.

665. MALFORMAŢIE (ÎN GENERAL)...(A INIMII)

O **malformaţie** este o anomalie a corpului ce există la naştere datorită unei probleme din timpul sarcinii. Ele pot fi ereditare sau dobândite în urma unui traumatism sau şoc în timpul vieţii intrauterine. O malformaţie îmi indică o conştientizare particulară, adesea în faţa unei frici, legată de partea corpului afectată. Pentru că eu sunt în rezonanţă cu părinţii mei, ei pot avea acelaşi conflict ca şi mine.

Accept↓♥ să reglez circumstanţele naşterii mele, să iert şi să am grijă de inima mea. Mă accept aşa cum sunt, fără să mă critic. Accept↓♥ să mă bucur de viaţă, să savurez fiecare clipă, să experimentez iubirea sub toate formele ei.

666. MALFORMAŢII CONGENITALE

O **malformaţie** este o slăbire, o absenţă, o alterare sau o pierdere a unei funcţii. Persoana afectată are de trecut mai multe obstacole în viaţa sa. Este important să observăm ce zonă a corpului este afectată. Aceasta va indica care este obstacolul specific pe care îl are de trecut acea persoană. Malformaţia poate fi de asemenea rezultatul unor situaţii conflictuale nerezolvate, pe care părinţii mei le trăiau când eram în pântecele mamei sau înainte sau pe care bunicii mei sau străbunicii mei le-au îndurat şi pe care eu le retrăiesc acum, pentru a le integra şi a învăţa lecţia de viaţă care provine din această situaţie. Trăiesc o situaţie personală şi familială în care modelul de viaţă este foarte strict, lucru datorat de obicei unei presiuni sociale la care mă simt obligat să mă supun. Îmi este teamă de judecata şi de criticile celorlalţi.

Accept↓♥ să am dreptul să fiu diferit şi ceea ce este important este să urmez calea **inimii♥** mele.

667. MAMELE Vezi: SÂNI

668. MANIACO-DEPRESIE *Vezi: PSIHOZĂ*

669. MANIE *Vezi şi: ANGOASĂ, ANXIETATE*

Maniile sunt obişnuinţe care ascund angoasa şi anxietatea. Această stare de agitaţie poate fi o formă de fugă, întrucât mă obligă să evoluez mereu în acelaşi cadru, mă împiedică să explorez drumuri noi, având ca scop doar să mă simt în siguranţă. Mi-e teamă să îmi utilizez partea inovatoare, independent. Mă încarcerez în obişnuit, într-o zonă de confort.

Accept↓♥ să caut să aflu care este sursa acestei anxietăţi pentru a-mi regăsi calmul şi armonia. Gesturile şi atitudinea mea vor fi în acord cu înţelepciunea mea interioară.

670. MARIJUANA (CONSUM DE...) *Vezi: DROG*

671. MASOCHISM *Vezi: SADOMASOCHISM*

672. MASTITĂ *Vezi: SÂN-MASTITĂ*

673. MASTOIDITĂ *Vezi şi: FEBRĂ, INFLAMAŢIE, URECHI-OTITĂ*

Este o inflamaţie produsă la baza osului temporal, numit **mastoid**, în spatele urechii.Se poate produce atunci când refuz să ascult. Sunt contrariat şi frustrat cu privire la ceea ce aud, mă simt deranjat.

Accept ↓ ♥ că sunt împăcat, armonia circulă în mine.

674. MASTOZĂ *Vezi: SÂNI*

675. MAXILARE

Maxilarele sunt esenţiale pentru a mânca, pentru începutul procesului de digestie şi de asimilare a hranei sau a realităţii înconjuratoare. Ele îmi permit "înghiţirea" unei anumite realităţi, atât la nivel fizic cât şi emoţional. Ele reprezintă capacitatea şi forţa mea de a mă deschide către ceva sau către cineva anume. **Maxilarele** mele permit deci schimburile cu ceilalţi, în deplină siguranţă. Ele deschid calea către adevăr şi afirmare de sine. Toată puterea interioară pe care o manifest este simbolizată prin maxilare. Cel superior se referă la relaţia mea cu tatăl, cel inferior are legătura cu relaţia mea cu mama. Pentru că ele trebuie totodată să se întâlnească, dar să se şi opună pentru a fi eficace, maxilarele simbolizează capacitatea mea de a face faţă luptelor şi opoziţiilor pe care le întâlnesc cât şi celor interioare. Problemele care ţin de **maxilare** pot surveni ca urmare a încleştării dinţilor datorită faptului că există refulări şi că reţin toată energia legată de furie, încăpăţânare şi poate chiar de o dorinţă inconştientă de a mă răzbuna pe ceva sau pe cineva. Lucrurile nu merg cum aş vrea şi furia mă invadează. Rumeg fără încetare aceleaşi probleme fără a găsi soluţii. Mă agăţ de emoţiile mele şi de comportamente imature. Pot astfel să apară ticuri ale maxilarelor, care îmi arată că"vorbesc în tăcere". Ce vreau eu să păstrez doar pentru mine şi care sunt emoţiile pe care le ţin bine păzite ?

Văd evenimentele cu o oarecare îngustime de spirit, nu sunt în contact cu puterea mea interioară şi mă agăţ de o autoritate exterioară mie. Unde se află simţul responsabilităţii mele? Sentimentul neputinţei mele dă naştere unui sentiment de inferioritate şi de gelozie.

Când maxilarele sunt dureroase, este pentru că încerc să ascund sub un zâmbet forţat dorinţa mea de a mă împotrivi cuiva. O fractură de maxilar poate să apară ca urmare a tendinţei mele de a grăbi lucrurile sau deciziile. Mă simt bruscat de viaţă şi de ceilalţi, dar eu sunt cel care doreşte să meargă prea repede. Pot fi aspru în comentariile mele referitoare la ceilalţi. Totuşi, mă simt cenzurat, incapabil de a exprima cu adevărat sentimentele mele autentice de suferinţă şi durere interioară.

Dacă am o **dificultate** la nivelul articulaţiilor maxilarelor (ele par nealiniate), trebuie să mă întreb dacă există un decalaj, o diferenţă între ceea ce gândesc şi ceea ce îndraznesc să spun în mod deschis. Trăiesc o dualitate interioară între a spune sau a ascunde adevărul, sentimentele mele profunde. Există o distorsiune între emoţiile şi gândurile mele, sunt deşirat între ceea ce îmi doresc să fac şi ceea ce treuie sa fac. Visele pe care le aveam cu privire la ceea ce aş fi vrut să fie viaţa mea sunt total diferite de realitate şi sunt urmate de mari dezamăgiri şi semne de întrebare. Îmi pierd speranţa atingerii idealului meu, fie el personal, de cuplu sau social.

Atunci când îmi scrâşnesc dinţii trăiesc **insecuritate**. Sunt anxios şi îmi reprim mult emoţiile. Acest lucru este valabil în special în cazul copiilor în relaţia cu părinţii.

Se poate întâmpla ca maxilarele mele să se decalcifieze şi să devină moi. Aceasta îmi arată cum eu însumi pot fi "moale" în anumite situaţii, în special când am impresia că cineva a râs de mine sau nu a dat importanţă la ceea ce spuneam. Este consecinţa unei foarte mari auto-devalorizări. Mă pot simţi de asemenea dominat, neputiincios în a mă exprima, din cauza timidităţii sau fricilor mele. Mă feresc să vorbesc căci cred că nu am nimic interesant de spus.

Dacă maxilarele se blochează, mă aflu în **incapacitate** de a mă exprima, de a controla ceea ce mă înconjoara, îmi refulez emoţiile. Maxilarul poate fi paralizat de frică sau durere ca urmare a unei situaţii în care m-am simţit neputiincios să fac sau să spun ceva pentru a evita situaţia în discuţie. Un maxilar blocat se poate să se fi crispat chiar în momentul în care am vrut cu toată forţa să contrazic pe cineva ori să împiedic rostirea unei vorbe. Mă simt deci cenzurat.

Dacă este vorba de un cancer al maxilarului, această incapacitate este trăită intens, în special în familia mea unde cuvântul meu nu are nicio greutate. Dacă maxilarele mele sunt prea strâmte, dezvoltarea personalităţii mele a fost ratată. Obligaţia de a fi la înalţime a pus presiune pe mine. Intelectul meu este stimulat constant, în timp ce partea emoţionala devine deficitară. Trebuie să mă destind, să las energia să circule liber.

Accept↓♥ să mă exprim liber. Sunt ghidat în tot ceea ce am de spus şi îmi reiau locul cuvenit. Trăiesc în integritate şi adevăr la nivelul inimii mele.

676. MĂDUVA SPINĂRII *Vezi şi: SCLEROZA ÎN PLĂCI*

Măduva spinării este o parte a sistemului nervos central conținută în canalul rahidian, în interiorul coloanei vertebrale. Am dificultatea de a pune în practică în lumea fizică ceea ce gândesc. Am nevoia excesivă de a calcula și a planifica perfect, așa încât spontaneitatea nu-și mai găsește locul în viața mea. Ezit să înaintez, demonii interiori se luptă cu partea mea înțeleaptă.

Accept ↓ ♥să mă ascult, să fac lucrurile intuitive, știind că totul este spre binele meu, că orice eroare ste doar o experiență care mă ajută să evoluez.

677. MĂDUVA OSOASĂ Vezi și: SÂNGE

O afecțiune legată de **măduva osoasă** îmi indică că nu mă pot agăța de nimic, că nu pot da niciun sens vieții mele. Decepția mea față de ceea ce sunt este așa de mare încât nu mă simt demn de viață.

Accept ↓ ♥ că am nevoie de ajutor și că trebuie să-l cer. Decid să-mi revizuiescstructura de bază și să-mi ajustez anumite fațete. Spun "da" vieții.

678. MÂINI (ÎN GENERAL)

Mâinile reprezintă capacitatea mea de a da sau de a primi. Ele simbolizează trecerea la act și executarea muncii. Sunt expresia intimă a ființei mele în Univers și puterea de a **atinge** este atât de mare încât mă simt neputiincios când mâinile mele sunt afectate. Ele îmi permit schimburile cu alții și de asemenea să comand. Ele au un caracter unic - ca și amprentele digitale, mâinile reprezintă trecutul, prezentul și viitorul meu. **Mâna mea stângă** este cea a inimii♥, cea care primește. **Cea dreaptă** reprezintă voința mea, puterea, acțiunea, afirmarea.
Țin în mâinile mele situațiile cotidiene și starea mâinilor mele îmi arată până la ce punct pot sesiza realitatea, cum exprim iubirea și chiar ura, cum"manipulez" evenimentele sau persoanele. Calitatea contactelor mele cu ceilalți se reflectă prin mâinile mele. Dacă am **mâinile reci**, mă retrag emoțional dintr-o situație sau dintr-o relație în care sunt implicat. Pot de asemenea să refuz să am grijă de nevoile mele de bază ori să îmi fac plăcere. Pot considera rece relația cu tatăl meu. **Mâinile umede** îmi indică un nivel excesiv de anxietate și nervozitate. Sunt excedat de propriile emoții, mă simt poate prea implicat sau prea activ într-o anumită situație din cotidian. Mi-aș dori să pot regla totul, să "sting focul" cu mâinile mele. Dacă am **dureri** sau crampe, înseamna că refuz să fiu flexibil în fața unor situații prezente. Ar trebui să să mă întreb ce mă deranjează sau ce anume nu vreau să realizez. Pot avea un sentiment de neputință sau să trăiesc frica de **eșec**. Asta mă face să îmi doresc să controlez totul, să posed cât mai mult, este posibil să am impresia că am mijloace limitate în fața unei situații sau a unei persoane. Sau poate că un gest sau o acțiune făcută cu mâinile mele a avut ca rezultat rănirea fizică sau emoțională a cuiva? Sunt oare capabil să "iau lucrurile în propriile mâini" și să-mi concretizez ideile? Dacă, în plus, mâinile sângerează, există cu siguranță o situație în viața mea, un vis, un proiect pe care am impresia că nu îl pot realiza și asta mă face să trăiesc tristețea. Dacă mâinile mele paralizează, mă pot simți paralizat în ceea ce privește alegerea mijloacelor pentru realizarea unei sarcini sau a unei activități și mă simt **neputiincios**. De asemenea, **paralizia mâinilor** poate surveni ca urmare a unei activități mentale foarte intense sau mă simt surescitat, contrariat sau sub presiune în interiorul meu. Poate simt nevoia să"sucesc gâtul" cuiva cu mâinile mele. Dacă mâinile sunt **rigide**, eu manifest rigiditate în modul meu de a îndeplini anumite sarcini sau în modul de a exprima ce simt. Dacă îmi **rănesc** mâinile, poate că mă abțin să ating, evitând o anumită intimitate. Această dificultate de a intra în contact poate fi legată de un eveniment din prezent care îmi amintește de un abuz trăit în trecut. Poate fi vorba de de un eveniment în care m-am simțit manipulat și retrăiesc același sentiment în prezent. Este de asemenea recomandabil să îți pui întrebarea - "ce nu sunt capabil să fac sau ce anume sunt obligat să fac acum așa încât am probleme cu mâinile?" Pe cine sau ce doresc să rețin cu mâinile mele deși ar trebui să las să se ducă?
Am tendința să fiu intransigent cu mine sau cu alții. Aceasta poate fi o reacție la faptul că am fost prea conciliant în trecut, de unde poate fi posibilă chiasr o fractură. Mă forțez să urmez un anumit drum când aș putea să merg pe un drum mai benefic pentru mine. Mă ghidez în viață după rațiune sau după intuiție? De ce am oare impresia că trebuie să mențin ceva cu orice preț în viața mea, de pildă statutul, standardul de viata, popularitatea? O rană în palmă îmi arată o frică de a mă pierde, la nivel afectiv sau social. **Dosul mâinii** este afectat atunci când mă simt respins, lăsat deoparte.

Accept↓♥ să las controlul, să îmi întind mâinile spre cer, devenind conștient că singura putere pe care o am este asupra mea și nu asupra celorlalți. Îmi iau viața în mâini acceptând toate fațetele ființei mele.

679. MÂINI (ARTROZA MÂINILOR) - *Vezi:ARTRITĂ*

680. MÂINI - BOALA LUI DUPUYTREN - *Vezi și: DEGETE*

Boala lui Dupuytren este o afecțiune a mâinii caracterizată prin flexarea de natură permanentă, spre palmă, a anumitor degete. Această boală denotă crispare în atitudinile mele, o anumită închidere în relația cu partenerul de viață sau cu copiii mei. Am impresia că îmi pun frâne cu privire la un proiect. Sau poate vreau să posed prea mult, am dificultatea de a mă abandona? Aș vrea să îmi controlez mai mult viața dar totul îmi scapă, îmi lipsește forța. Mâinile mele fiind crispate, închise, ce aș vrea să păstrez pentru mine cu orice preț? Sau ce nu vreau să mai primesc?

Accept↓♥ să devin mai flexibil și mai deschis, exprimându-mi stările de spirit. Accept să văd care este sensul profund al vieții mele.

681. MÂNCĂRIME *Vezi: PIELE — MÂNCĂRIME*

682. MÂNCĂRIME A ANUSULUI *Vezi: ANUS — MÂNCĂRIME ANALĂ*

683. MÂNCĂRIME VAGINALĂ *Vezi: VAGIN [ÎN GENERAL]*

Mâncărimea vaginală este legată de sexualitate și de principiul feminin. Dacă am o astfel de afecțiune, înseamnă că există ceva legat de relațiile mele sexuale, care mă deranjează, de exemplu partenerul meu mă grăbește. La fel ca și în celelate cazuri de **mâncărime**, mă întreb ce anume mă irită, mă deranjează și mă agasează.

Accept↓♥ să aflu cauza acestor mâncărimi, învăț să comunic, să vorbesc cu **inima♥** deschisă pentru a exprima ceea ce simt.

684. MĂTREAȚA Vezi și: PĂR [AFECȚIUNI ALE...]

Mătreața este un strat de pelicule cutanate uscate. Acestea au aspectul unor fulgi albi și apar de obicei, pe pielea capului. În același timp cu acumularea bucăților de piele moartă, există și o acumulare de "modele moarte", învechite, de care nu mai am nevoie. Pielea capului este legată de mental, de abstract. **Mătreața** reprezintă acele scheme de gândire la care trebuie să renunț pentru a face loc deschiderii și flexibilității mentale. Fie că sunt foarte activ pe plan intelectual fie, din contră, foarte inactiv (dacă îi las pe ceilalți să gândească în locul meu, de exemplu) acest lucru produce **mătreață**, deoarece în ambele cazuri, există un echilibru legat de funcționarea mea pe plan rațional și mental. Mă simt agresat și am nevoie să las să iasă această furie, într-un mod sănătos. Mă simt controlat de ceilalți, când de fapt este vorba despre propriile mele emoții, care mă bântuie și cu care nu prea știu ce să fac. Sunt rupt de realitate și inventez scenarii pentru a mă ajuta să depășesc situațiile în care m-am simțit rănit. Încă nu înțeleg anumite situații în care am trăit o separare dificilă. Îmi risipesc energia în toate direcțiile. Apar situații noi, pe plan social, religios sau moral și trebuie să mă repoziționez față de vechile mele convingeri și credințe. Astfel apar indecizii pe care trebuie să le experimentez și trebuie, de asemenea, să las la o parte ceea ce nu îmi convine. Îmi este teamă că voi fi demascat în noua mea realitate.

Accept↓♥ să fiu tot mai deschis la noile structuri de funcționare din viața mea și mă simt tot mai flexibil, mă las condus de curentul vieții. Intru în contact cu emoțiile mele și îmi **conștientizez** adevărata valoare. Lăsând să circule liber fluxul vieții și toată creativitatea mea, intru tot mai mult în contact cu potențialul meu și devin stăpân pe propria mea viață.

685. MEDIACALCOZĂ *Vezi: ARTEROSCLEROZĂ*

686. MEDICINA

Medicina este o știință și o artă de a preveni și a îngriji bolile omului. Când medicina poate pune un diagnostic, poate oferi și soluții de tratament. Dacă însă afecțiunea mea nu poate fi identificată, medicina nu are cum să mă ajute. Pot în acest caz să caut cauzele răului suferit de mine, prin alte metode- iridiologie, citire energetică, etc.

687. MELANCOLIE *Vezi și: ANGOASĂ, DEPRESIE, PSIHOZĂ, SUICID*

Melancolia este o stare de tristețe profundă. Mă simt deprimat, nesatisfăcut, lipsit de bucurie. Am impresia că mă tot rotesc într-un cerc.

Accept↓♥ să afirm că bucuria se află în ființa mea. Îmi stabilesc obiective realizabile care mă ajută să îmi regăsesc energia, iar tristețea se va disipa încetul cu încetul.

688. MELANOM *Vezi :MELANOM MALIGN*

689. MEMORIE (DEFICITARĂ) *Vezi și: ALZHEIMER, AMNEZIE*

Memoria are rolul de a înmagazina idei, emoții și de a aduce în conștient ceea ce dorim să ne reamintim. Pot, după un șoc emoțional, să îmi ascund în memorie frici, tristețe, amintiri neplăcute, de pildă să nu îmi mai amintesc o separare dureroasă, o dramă greu de suportat. Creierul meu **decide** să păstreze doar amintirile bune, este o formă de fugă de realitate, căci fuga este mai ușoară decât suferința.

Accept↓♥ să îmi asum responsabilitatea vieții mele, conștientizând că fiecare situație mă ajută să mă cunosc mai bine și să devin mai liber.

690. MENIERE (BOALA LUI) *Vezi și: ACUFENA, VERTIJ, SURDITATE*

Boala lui Meniere este caracterizată prin adevărate vertijuri, de senzația că te afli într-un labirint, asociată cu scăderea capacității auditive. Este adesea însoțită de o mare oboseală fizică și psihică. Nu sunt în contact cu lumea fizică, mă simt într-un labirint, refuz să ascult mesajele pe care mi le trimite vocea interioară. Am tendința de a respinge sfaturile altora. Observ situații intolerante în viața mea și a altora și doresc să fac schimbări importante. De ce să tot ascult pe ceilalți vorbindu-mi de suferințele lor și eu nu pot să vorbesc despre ale mele?

Accept ↓ ♥ să îmi iau un repaus fizic și intelectual.

691. MENINGITĂ *Vezi: CREIER-MENINGITĂ*

692. MENOPAUZĂ (DIFICULTĂȚI ALE...)

În toamna vieții, corpul femeii se schimbă și trebuie să accept asta. Este o perioadă cu încărcătură emoțională , care atinge mai ales sentimentele mele legate de a mă simți dorită, iubită. Am senzația că "mă diminuez", că nu mai pot fi atât de activă, mai ales pe plan sexual. **Bufeurile de căldură** pe care le experimentez la **menopauză** manifestă un conflict interior și **partea mea feminină** se simte sufocată de aceste simptome. Ele îmi amintesc că nevoile mele de căldură umană obținute prin sexualitate sunt prioritare și că trebuie să mă ocup de ele. Inconștient, faptul că mă dezbrac pentru că îmi este foarte cald, îmi amintește de situațiile când mă dezbrăcam pentru a-l atrage pe bărbatul iubit. Transpirația care rezultă din bufeuri elimină toate emoțiile trăite. Singura manieră de a le face să dispară este să regăsesc în mine femeia experimentată, plină de înțelepciune, căci altfel, încăpățânarea mea de a mă opune curentului vieții îmi va produce în plus dureri de cap, migrene. Am nevoie să regăsesc Femeia din mine. Regăsesc sensul libertății, , al individualității. Descopăr un nou sens al vieții, reîncep să fac lucruri care-mi aduc plăcere. Sexualitatea mea poate fi redescoperită și trăită din plin.

Accept ↓ ♥ transformările care survin, atât în corpul meu cât și în viața interioară, spiritual. Conștientizez că **menopauza** este o renaștere a ceea ce sunt eu cu adevărat. Este tinerețea inimii, nu a corpului.

693. MENISC *Vezi: GENUNCHI (DURERE DE...)*

694. MENSTRUAȚIE-AMENOREE

Amenoreea este absența sau diminuarea drastică a **menstruației.** Poate fi legată de respingerea feminității, de un șoc sau de inconvenientele faptului de a fi femeie. Poate avea legătură cu o tensiune provenită din cuvintele sau acțiunile partenerului meu sexual. Poate refuz să trăiesc ceea ce mama mea a trăit în relația cu tata, respective refuz inconștient rolul de a fi doar un "instrument de reproducere" .

Îl **accept** ↓ ♥ la nivelul inimii pe partenerul meu, îi acord încredere, mai ales dacă acesta mă iubește și este deschis față de mine. Accept↓♥ că viața se exprimă prin feminitatea mea.

695. MENSTRUAȚIE (DURERE MENSTRUALĂ)

Menstruația reprezintă scurgerea, prin vagin, a sângelui provenind de la mucoasa uterină. Ea survine periodic la o femeie neînsărcinată, între pubertate și menopauză. Durerile menstruale, numite **dismenoree**, pot fi legate de culpabilitate și de furie. Acestea își pot găsi sursa într-o experiență în care am fost abuzată sexual, în general înainte de pubertate. Îmi refuz condiția de **femeie.** Pot fi foarte perfecționistă și mă aștept ca ceilalți să fie la fel. Viața mea afectivă este instabilă și mi-e teamă penru viitorul meu. Îmi refuz **feminitatea**, poate chiar sexualitatea, crezând că este "murdară" sau plină de "păcat" . Este posibil ca, în fiecare lună, să fiu decepționată că nu am rămas însărcinată, dacă sunt o femeie ce-și dorește un copil. Dificultățile mele legate de menstruație își găsesc adesea originea în rezistența pe care o am în fața puterii mele sexual sau în fața potențialului meu matern sau în fața crativității mele. Cu cât sunt mai tristă, cu atât menstruația mea este mai abundentă.

Accept ↓ ♥ că menstruația este pur și simplu răspunsul corpului meu la o programare natural, mă împac, ca femeie, cu ritmurile corpului meu, las energia creatoare să curgă prin mine în mod liber.

696. MENSTRUAȚIE-METRORAGIE *Vezi și: FIBROM*

Este o creștere anormală a abundenței și duratei **menstruației**. Poate proveni de la un **fibrom**. Există dificultate în coagularea sângelui, ceva ce nu pot controla, un sentiment că ceva îmi scapă. Are legătură cu neacceptarea faptului de a avea un copil sau cu pierderea bucuriei de a avea un copil datorită infertilității sau folosirii unui mijloc de contracepție. Îmi caut identitatea. Am două părți ale mele

care vor să se reconcilieze-îngerul și demonul. Ce vreau cu adevărat? Care este situația din cuplul meu pe care nu o mai pot suporta și am nevoie să o schimb?

Accept ↓ ♥ , oricare ar fi situația mea, să mă împac cu ceea ce sunt .

697. MENSTRUAȚIE- SINDROM PREMENSTRUAL (SPM) *Vezi și: DURERE*

Sindromul premenstrual apare în perioada dinaintea menstruației și se traduce prin nervozitate, dureri de spate,de cap sau de burtă. Perioada menstruală este pentru femei reamintirea faptului că trăiesc într-un univers dominat de bărbați. Această perioadă aduce situații care mă fac să îmi pun întrebări asupra percepției mele cu privire la relația cu feminitatea, mai ales dacă vreau să reușesc professional. Este posibil să mă la influențată de stereotipurile sociale. Consider regulile sociale foarte dureroase. Care este rolul meu? Pot să-mi permit să am o viață activă și de asemnea să-mi permit moment de destindere?

Accept ↓ ♥ceea ce sunt și cum sunt și las loc evoluției.

698. MESCALINĂ (CONSUM DE...) *Vezi: DROG*

699. METABOLISM LENT *Vezi: GREUTATE (EXCES DE...)*

700. METEORISM *Vezi: GAZ*

701. METRORAGIE *Vezi: MENSTRUAȚIE-MENORAGIE*

702. MIASTENIE *Vezi: MUȘCHI — MIASTENIE*

703. MICOZĂ (... pe pielea capului, fire de păr și unghii) *Vezi: PĂR— MICOZĂ*

704. MICOZĂ (... la degetele de la picioare) SAU PICIOR DE ATLET *Vezi: PICIOARE — MICOZĂ*

705. MIGRENE *Vezi: CAP-MIGRENE*

706. MIJLOCUL SPATELUI *Vezi: SPATE*

707. MIOCARDITA *Vezi: INIMĂ♥ — MIOCARDITA*

708. MIOM UTERIN *Vezi: FIBROM ȘI CHIST*

709. MIOPATIE *Vezi: MUȘCHI — MIOPATIE*

710. MIOPIE *Vezi: OCHI — MIOPIE*

711. MIOZITĂ *Vezi: MUȘCHI — MIOZITĂ*

712. MIROS *Vezi: NAS*

713. MIROS CORPORAL ȘI TRANSPIRAȚIE *Vezi și: NAS*

În general, toate lichidele din corp reprezintă emoțiile mele. În acest caz, **un miros neplăcut al corpului** este un semn al emoțiilor negative care debordează și pe care trebuie să le exprim, în loc să le rețin în interiorul meu. Poate fi vorba despre iritare, nemulțumire, ură, frustrare, ranchiună, dezgust față de cineva sau față de o situație etc. Sunt foarte sensibil la comentariile și criticile celorlalți. Poate fi, de asemenea, un semn de relaxare, a unei emoții foarte puternice, legate de partea corpului care transpiră. Dacă nu am încredere în mine și, în plus, îmi este teamă că voi fi criticat sau respins, **mirosul corpului** meu riscă să fie neplăcut. Această situație îi îndepărtează pe cei din jurul meu și mă pot întreba ce motiv am pentru a-i ține la distanță. O persoană care are **un miros corporal plăcut** are de obicei gânduri frumoase și este în armonie cu cei din jurul rău. Există persoane care au o misiune spirituală elevată și atunci când mor, "miros a sfințenie". Și chiar se simte un parfum de floare, care se degajă din corp. Dacă sunt o persoană cu preocupări spirituale, dacă sunt în stare de meditație sau de contemplație sau sunt foarte fericit, pot, de asemenea, degaja un miros de floare, precum garoafa, trandafirul, lemnul de santal sau alt parfum. Ceilalți pot simți sau nu mirosul pe care îl degaj. Chiar dacă se întâmplă rar, pot exista persoane care "miros" bolile și chiar sentimentele unei alte persoane. Doctorii de la țară, de pe timpuri, spuneau că "trebuie să miroși stările pacientului...". Fiecare boală are **un miros** particular, la fel cum fiecare boală are o culoare anume, în câmpul magnetic, denumită aură.

O **transpirație abundentă** indică faptul că trăiesc multă nervozitate interioară, nesiguranță și am angoase mari. Las să iasă prin porii pielii mele tot ceea ce am refulat și a rămas închis în mine. De obicei este vorba despre furie și rușine. Sunt nesigur cu privire la drumul pe care să-l urmez în viață. Sunt în defensivă, deoarece îmi este teamă că voi fi rănit sau prins ca într-o capcană, dacă îmi exprim emoțiile în public. Oricum, **conștientizez** faptul că vreau să mă protejez față de mine însumi: îmi refulez atât de mult emoțiile, încât acestea vor reapărea și vreau să evit acest lucru. Nu am încredere în ceilalți și de fapt, nu am încredere în mine. Prin apa care iese prin pielea mea, vreau să "spăl" o situație în care m-am simțit separat de cineva și în care, am trăit un sentiment de murdărire, de nedreptate. Am **sudori reci** atunci când sunt paralizat de frică și am multe dificultăți în relațiile cu cei din jurul meu.

Accept↓♥ să mă afirm și să îmi exprim sentimentele atât pe cele pozitive, cât și pe cele negative, pentru a mă elibera și a face loc pentru lucrurile noi. Mă hrănesc cu gânduri frumoase pline de **iubire**. Nu am în jurul meu decât oameni care îmi vor binele. Renunț la singurul meu dușman, eu însumi, mă iubesc mai mult și **conștientizez** toate posibilitățile care există în mine.

714. M.N.I. (MNONUCLEOZA INFECȚIOASĂ) *Vezi: SÂNGE-MONONUCLEOZĂ*

715. MOARTE *Vezi și: AGORAFOBIE, ANXIETATE, EUTANASIE*

Este o stare ce apare atunci când funcțiile vitale precum bătăile inimii, respirația, activitatea cerebrală, încetează. În ceea ce privește moartea clinic sau aparentă, există o suspendare a starii de conștiență și acest tip de moarte are o fază reversibilă, putându-se obține reanimarea cardio-respiratorie. Mă întreb ce conflict profund trăiesc dacă am ajuns să mă întreb dacă trebuie să trăiesc sau nu. Mă simt prizonier în propria viață.

Accept ↓ ♥ să îmi iau viața în mâini, știind că atunci când semăn gânduri pozitive atrag experiențe pozitive.

716. MOARTEA SUBITĂ A NOU-NĂSCUTULUI

Este decesul neașteptat al unui bebeluș nou-născut. Se evocă adesea drept cauză sufocarea în somn. Eu, bebelușul, nu doresc să trăiesc, am venit să experimentez această naștere-moarte pentru a-i ajuta pe cei din jurul meu să evolueze, învățând lecția detașării.

Dacă sunt părintele unui nou-născut ce a murit, **accept ↓ ♥** să îmi trăiesc viața pentru mine însămi. Realizez că nimic nu e imuabil, permanent, că totul este experiență de viață pentru a crește.

717. MONGOLISM SAU TRISOMIE 21 SAU SINDROM DOWN

Maladie congenitală în care de la naștere copilul prezintă anomalii morfologice și este afectată și dezvoltarea intelectuală. Mă simt angoasat în fața acestei lumi și accept cu dificultate anumite aspect. Sunt atâtea responsabilități în viață încât prefer să rămân "copil" într-o lume aparte, unde domnește simplicitatea, spontaneitatea, bucuria continuă de a trăi.

Accept ↓ ♥ să trăiesc fiecare experiență cu deschidere și încredere în viață. Mă simt din ce în ce mai plin de bucurie pentru faptul că trăiesc în această lume.

718. MONONUCLEOZA *Vezi: SÂNGE-MONONUCLEOZĂ INFECȚIOASĂ*

719. MUCOVISCIDOZĂ SAU FIBROZĂ CHISTICĂ *Vezi și: PANCREAS, PLĂMÂNI*

Mucoviscidoza este o maladie mortală, ereditară, a tinerilor, caracterizată printr-un defect enzimatic. Atinge plămânii și aparatul digestive. Există o vâscozitate anormală a mucusului secretat de bronhii și pancreas. Modul meu rigid de a gândi și tiparele mele mentale mă fac să refuz să înaintez în viață. Mă agăț de idei învechite. Îmi crez o "bulă" existențială care să mă apere de tot ce mi se pare periculos. Controlez și am nevoie să mănânc neîncetat pentru a-mi umple vidul interior.

Accept ↓ ♥ să mă deschid ideilor noi, să trăiesc în mod spontan, să las energia să circule în interiorul meu și să mă ajute să-mi regăsesc echilibrul.

720. MUCOZITĂȚI ALE COLONULUI *Vezi: INTESTINE-COLITĂ*

721. MUȘCHI (ÎN GENERAL)

Mușchii sunt controlați de forța minții. Ei reprezintă munca de depus pentru a reuși să mergem înainte. Sunt simbolul evoluției, al vitalității. Problemele musculare îmi arată că mă simt neputincios în fața unei situații, diminuat din punct de vedere fizic, emoțional sau intelectual. Aceasta aduce o diminuare a performanțelor mele. Dacă sunt un om pozitiv, mușchii mei sunt fermi și flexibili. Întinderea musculară îmi spune că trăiesc o tensiune enormă, știu că ar trebui să urmez un anumit drum dar totuși refuz să fac vreo schimbare, din teamă față de reacțiile celor din jur. Durerile musculare îmi arată că ridic ștacheta prea sus pentru mine însumi.

Accept ↓ ♥ că corpul meu reia contactul cu tot universul meu de emoții. **Mușchii** mei redevin sănătoși când eu mă încred în înțelepciunea interioară, iar când eu devin ai flexibil în fața vieții, mușchii mei vor devein la fel.

722. MUȘCHI - CONVULSII *Vezi și: CREIER-EPILEPSIE*

O **convulsie** este o contracție a **mușchilor** survenită brusc și involuntar. Trăiesc o dualitate interioară care mă face să acționez în manieră irațională. Nu știu încotro să merg, mă simt ca într-un neant.

Accept ↓ ♥ să mă opresc și să văd ce anume în viața mea cauzează atâta stres și agitație. Îmi fac timp să savurez viața, să stabilesc prioritățile.

723. MUȘCHI-DISTROFIE MUSCULARĂ

Este o boală în care **mușchii slăbesc**, se degradează rapid. Este legată de o mare dorință de a controla oameni și situații. Am sentimentul că pentru mine totul este pierdut dinante și corpul meu este atât de slăbit prin acest stres încât se autodistruge progresiv. Mi-e teamă că nu voi reuși în viață dar nici nu fac vreun efort. În consecință, mușchii mei, care reprezintă acțiunea, se îmbolnăvesc. Am impresia că noi oamenii suntem niște marionete. Nu am încredere în nimeni.

Accept ↓ ♥ să mă detașez, să renunț la control, să îmi înfrunt fricile. Accept ↓ ♥ să merg înainte eliberat de nevoia de a controla.

724. MUȘCHI — FIBROMATOZĂ

Fibromatoza provine din tumori fibroase (fibrom) sau din creșterea numărului de fibre din țesut (fibroza) care provoacă rigiditate la nivelul mușchilor și a țesuturilor fibroase și o durere intensă. Țesuturile moi au legătură cu modul de gândire, durerile pe care le simt mă avertizează că trăiesc mult stres și tensiune, de unde provine oboseala mentală intensă. Mă fac să realizez faptul că îmi lipsește suplețea, că sunt rigid și am angoase, mai ales pe plan mental și în atitudinile mele. Din cauza propriilor mele conflicte interioare împiedic energia să circule liber, prin mușchii mei.

Conștientizez aceste tensiuni: de unde vin ele? Este vorba despre o oboseală mentală legată de ceea ce fac, de felul meu de a fi și de a mă exprima? Sau nu îndrăznesc că pun pe primul plan anumite proiecte, care ar putea rezolva controversa, fără să calculez tot timpul energia folosită? Trebuie să fac față loviturilor și mă deranjează acest lucru. Găsind semnificația părții corpului, care este afectată voi găsi și cauza fibromatozei. Poate fi vorba despre faptul că trebuie să schimb direcția în viața mea.

Accept↓♥ să fiu deschis și voi simți cum dispare tensiunea. Mă aflu pe pământ pentru a evolua, iar pentru că sunt prea rigid, am toate aceste dureri. Trăiesc în prezent și învăț să am încredere în viață.

725. MUȘCHI — MIASTENIE

Miastenia este o afecțiune cronică neurologică, caracterizată printr-o oboseală, o slăbire musculară. Există un blocaj de transmitere a influxului nervos la **mușchi.** Este o boală rară, care indică faptul că trăiesc o stare de descurajare, o lipsă de motivație și "am obosit să trăiesc". Am impresia că nu voi putea face niciodată ceea ce vreau și nu îmi voi putea realiza visele. Mă simt epuizat: am fost mult timp sub stare de tensiune și acum cedez!

Accept↓♥ să **conștientizez** ceea ce mă descurajează atât de mult încât vreau să mor. Dacă voi găsi răspunsul, va fi mult mai ușor să schimb situația. Dacă nu găsesc cauza exactă a conflictului meu, totuși, pot căuta surse pentru a mă motiva și a găsi până la urmă o soluție.

726. MUȘCHI — MIOPATIE

Termenul general de **miopatie** descrie toate bolile congenitale cauzate de o alterare a fibrelor musculare. Din punct de vedere metafizic, mușchii au legătură cu mentalul, cu modul meu de a gândi. Mă devalorizez frecvent și nu mai am motivație. Vreau să opresc o situație să nu mai avanseze, vreau să opresc orice mișcare cu privire la ceva sau la cineva care face parte din viața mea actuală; de aceea, **mușchii** mei, care mă ajută să fac mișcări și să mă deplasez, se vor deteriora.

Sau poate mi se interzice să fac o anumită mișcare sau sunt obligat să mă opresc. Trăiesc o angoasă; propria mea incapacitate de a îneplini anumite lucruri și lipsa mea de forță mă revoltă. Mi-e teamă că voi avea un eșec, din cauza angoasei mele. Muncesc din greu pentru a construi baze solide în viața mea și trebuie să demonstrez mai multă tenacitate și perseverență. In funcție de partea corpului care este afectată, voi găsi indicațiile cu privire la gândurile pe care trebuie să le schimb.

Accept↓♥ faptul că această afecțiune mă ajută să îmi lărgesc câmpul de **conștiință** și să trăiesc mai mult **iubire**, libertate și înțelepciune. Îmi acord permisiunea de a trăi din plin, sprijinindu-mă pe propriile valori și pe forța mea interioară.

727. MUȘCHI — MIOZITA

Miozita este o inflamația a țesutului muscular, care provoacă o slăbiciune și o rigiditate musculară, mușchii fiind folosiți la efort. **Miozita** provine din stresul provocat de efortul pe care îl fac la muncă, pe plan fizic, emoțional sau mental, muncă pe care nu am neapărat chef să o fac, deoarece necesită multă energie, astfel că mă simt "blocat" în acea situație. Pentru că am impresia că sunt obligat să fac ceva ce nu vreau, sunt lipsit de motivație. Am nevoie de calm, de singurătate, de introsepecție, dar acestea nu se potrivesc cu ritmul meu agitat de viață. Acest lucru provoacă reacțiile celor din jurul meu, care nu mă înțeleg. Mă consideră misterios, enigmatic. Este ca și cum ar exista o furtună în jurul meu și trebuie să mă protejez de toate amenințările.

Accept↓♥ să fac o pauză, cer ajutor sau îmi acord mai mult timp pentru a îndeplini o sarcină; astfel îmi refac muşchii şi energia. Mă detaşez de îndoială şi de întrebările celor din jurul meu şi merg pe calea care îmi convine pentru a-mi regăsi pacea interioară.

728. MUŞCHI — TETANOS *Vezi şi: MUŞCHI— TRISMUS*

Tetanosul este o boală infecţioasă, cauzată de infecţia unei plăgi sau, uneori a unei înţepături. Muşchii maxilarului se contractă într-un mod foarte dureros (spasm), iar apoi sunt afectaţi muşchii respiratori şi cardiaci. **Tetanosul** indică o iritare interioară puternică, provocată de gânduri dăunătoare. Mă agăţ de vechile mele idei. Trăiesc în întuneric şi este insuportabil. In loc să mă exprim, înghit totul în mine şi mă simt sufocat. Gândesc prea mult şi nu mai pot înainta. Mă sprijin pe structurile şi autorităţile din exterior, în loc să mă poziţionez. In acelaşi timp, refuz să trăiesc în funcţie de pasiunile şi dorinţele mele profunde. Trăiesc o situaţie, în care am impresia că sunt o povară pentru familia mea sau mi se pare că duc în spate o povară uriaşă. Imi analizez rolul meu de sprijin al familiei. Vreau să fac faţă fie mamei mele, fie copiilor mei. Sunt convins că ceea ce fac este pentru binele tuturor, dar ceilalţi pot considera ceea ce fac eu o dovadă de egoism.

Accept↓♥ să las iubirea să mă purifice, fac loc pentru armonie în viaţa mea. Mă responsabilizez şi trăiesc la nivelul inimii♥, înaintez în viaţă ştiind că tot ceea ce se întâmplă este pentru binele meu.

729. MUŞCHI — TRISMUS *vezi şi: MUŞCHI— TETANOS*

Trismusul se caracterizează prin strângerea involuntară a maxilarelor, din cauza unei contracţii musculare. Este primul simptom al faptului că am tetanos. O astfel de afecţiune indică faptul că simt multă agresivitate. Refuz să îmi exprim sentimentele, am impresia că astfel îmi pot păstra controlul. Refuz să fiu deschis, de teamă că voi fi judecat, respins sau neînţeles. Îmi muşc limba, regret anumite cuvinte spuse sau auzite. Fiind închis faţă de ceilalţi, închid şi circulaţia **iubirii.** Sunt foarte trist şi mă ocup de ceilalţi în loc să mă ocup de mine însumi. Vreau să par mai puternic pentru a mă valoriza, dar, în sinea mea, mă simt mic şi slab.

Accept↓♥ să am încredere, să îmi exprim clar dorinţele şi să fac loc **iubirii.** Alung orice gânduri de răzbunare şi le înlocuiesc cu iertarea.

N

730. NANISM— GIGANTISM *Vezi şi: OASE — ACROMEGALIE*

Nanismul este o anomalie caracterizată prin talia mică, comparativ cu statura medie a majorităţii oamenilor de aceeaşi vârstă, acelaşi sex, aceeaşi rasă, fără insuficienţă sexuală şi intelectuală, ceea ce îl diferenţiază de infantilism (**gigantismul** are aceeaşi definiţie, cu singura diferenţă că talia este anormal de mare). Creşterea are loc foarte repede şi sistemul osos şi glandele au deficienţe şi carenţe mari.

Nanismul indică faptul că, inconştient, vreau să rămân copil cât mai mult timp posibil. Este ca şi cum m-am ghemui spre mine însumi. Sunt diferit de toată lumea şi nu corespund normelor. Nu am încredere în ceilalţi, în lume în general şi de obicei am un complex că sunt "pitic", din toate punctele de vedere. Vreau să mă ascund în spatele celorlalţi deoarece astfel mă simt mai în siguranţă. Am tendinţa de a mă retrage în mine însumi şi a trăi după reguli foarte stricte: cred că astfel îmi voi stăpâni mai mult viaţa şi trăiesc într-un mod foarte structurat. Faptul de a deveni mare implică ideea de a deveni adult şi, dacă acest lucru este un pericol pentru mine (deoarece, voi avea responsabilităţi, de exemplu, care mă sperie), corpul meu va refuza să crească. Sau este posibil să mi se interzică faptul de a creşte sau este periculos pentru mine (poate îmi este frică de incest în relaţie cu un părinte, dacă cresc prea mult).

Accept să cresc↓♥, atât pe plan fizic cât şi afectiv, să îmi împlinesc evoluţia spirituală. Fiecare etapă din evoluţia mea aduce provocări noi şi **sufletul** meu are tot ceea ce îi trebuie pentru a le face faţă. Maturitatea îmi aduce o înţelepciune mai mare şi o forţă interioară. Fiinţa mea se poate împli în totalitate şi îşi poate manifesta mai mult libertatea interioară. Eliberându-mă de convingerile mele false, voi realiza că aleg conştient să fac faţă situaţiei, ştiind că sunt îndrumat şi protejat de Sursă. Fac un pas în plus în fiecare zi şi îmi ofer **iubire necondiţionată.**

În ceea ce priveşte **gigantismul**, acesta indică faptul că mă simt prizonier al corpului meu şi al emoţiilor mele şi vreau să ies cu orice preţ din el ! Mă sufoc, nu vreau să mă înclin în faţa niciunei autorităţi. Fiind mai mare decât ceilalţi, acest lucru îmi dă o falsă impresie de putere şi de control asupra mea şi asupra celorlalţi. Mă simt depăşit de evenimentele vieţii, în general. Vreau să intru prea repede în ciclul vieţii şi nu îi respect mişcările naturale.

Accept↓♥ să îmi iau viaţa în propriile mâini. Învăţ să încetinesc lucrurile, să nu forţez nimic, deoarece îmi recunosc sentimentele şi învăţ să le canalizez pentru ca energia din mine să fie pozitivă şi să îmi aducă mai multă **iubire** şi libertate.

Acord o atenţie specială obiectivelor din viaţa mea. Mă împac cu **sufletul** meu şi încetez să mă mai forţez pentru a merge mai repede decât ceilalţi. Singura autoritate este cea a vocii mele (a căii mele) interioare şi ea este drumul spre a mă elibera tot mai mult, în fiecare zi.

731. NARCOLEPSIE - BOALA SOMNULUI *Vezi şi: COMĂ, LEŞIN, INSOMNIE, SOMNOLENŢĂ*

Narcolepsia este o tendinţă irezistibilă de a adormi[57]. Adorm brusc şi somnul poate dura de la câteva secunde până la mai mult de o oră. Dacă somnul este însoţit de o scădere bruscă a tonusului muscular, denumită şi **catalepsie**, vorbim despre **sindromul Gélineau**[58]. Somnul devine o modalitate de a scăpa de frici şi de lucrurile pe care nu vreau să le fac. Spun nu evoluţiei şi refuz să accept↓♥ ceea ce se întâmplă în viaţa mea. Vreau **să fug** deoarece nu mai vreau să văd sau să simt anumite persoane sau anumite situaţii. Neştiind cum să rezolv această situaţie, fiind incapabil să mă afirm, mă retrag în somn, aceasta fiind soluţia cea mai uşoară pentru a evita un pericol. În acel moment am tendinţa de a juca rolul victimei, mă simt neputincios sau cred că nu am instrumentele necesare pentru a face faţă lucrurilor care mă sperie. Refuz să trăiesc într-o realitate atât de constrângătoare. Trebuie să îmi reevaluez viaţa şi refuz să renunţ la unele persoane sau la unele situaţii.

Accept↓♥ să mă ocup de mine şi să merg înainte, să nu mai cer ajutorul unui părinte sau unui prieten, pentru a acţiona şi a-mi crea viaţa aşa cum vreau eu. Reiau contactul cu simţurile şi cu emoţiile mele, cu viaţa mea şi cu lumea din jurul meu, precum şi cu natura. Îmi eliberez fricile şi accept↓♥ să trăiesc fiecare moment fiind conştient că tot ceea ce mi se întâmplă este o experienţă pentru evoluţia mea. Încetez să mai fug şi accept să trăiesc fiecare moment **aici şi acum**.

732. NAS (în general) Vezi şi: MIROS CORPORAL

Nasul face referire la instinctul omului, mai ales în ceea ce priveşte supravieţuirea. Deoarece mă ajută să miros, mă ajută să simt, de asemenea, ceea ce se întâmplă în interiorul şi în exteriorul meu. Dacă am nasul fin, acesta devine îndrumătorul meu. Detectează ceea ce am de făcut în viaţă, este tot timpul în căutare. **Nasul** indică felul în care îmi iau propria viaţă în mâini, dacă sunt stăpân pe viaţa mea şi pe soarta mea. **Nasul** este organul prin care trece aerul (viaţa), pentru a ajunge la plămâni. Aerul este foarte important. Pe lângă cele două nări, putem respira şi pe gură. O dificultate legată de respiraţie poate indica dificultăţi pe care le am în viaţă. Dacă refuz să trăiesc sau îmi este greu să comunic cu cei din jurul meu, deoarece ceea ce simt sau resimt, nu îmi convine, capacitatea mea

---

[57] Nacrolepsia este foarte asemănătoare cu hipersomnia (exces de somn). Singura diferenţă constă în cazul hipersomniei, aleg să dorm mai mult timp sau mai des

58 Gélineau (Jean-Baptiste Édouard): medic neurolog francez (1828-1906). În anul 1880, a descris sindromul care îi poartă numele, folosind termenul de **narcolepsie**

de a respira pe **nas**, va fi diminuată. Este ca şi cum aş dori să alung o situaţie conflictuală prin **nas**. Oare am impresia că "sunt dus de nas?" Dacă apare o problemă la **nara stângă**, mesajul are o legătura cu latura emoţională sau afectivă, deoarece pe aici intră emoţiile, în timp ce, **nara dreaptă indică o dificultate raţională,** deoarece este legată de înţelegere şi analiză. Un pericol simţit va blocal **nara stângă,** iar un pericol ce trebuie înţeles, va bloca **nara dreaptă.** Ca şi în cazul animalelor, **nasul** foloseşte la mirosul pericolului, al prădătorilor, mirosul mă poate ajuta să găsesc prada sau, din contră, propriul meu miros va face să fiu găsit de alţii.

Afecţiunile care apar la **nas** au legătură cu noţiuni precum mirosul, simţul, pericolul.

Pot să adulmec o afacere proastă sau un pericol, sau faptul că mi se ascunde ceva sau sunt păcălit. Există o angoasă cauzată de o situaţie care implică un intrus. În orice caz, pot ajunge în trecut, chiar până la momentul naşterii mele, pentru a descoperi cauza afecţiunii de la **nas.** Dacă a trebuit să fiu operat la nas pentru a respira mai bine, este ca şi cum aş fi spus da intuiţiei mele, mirosului şi vieţii.

Accept↓♥ să adopt o atitudine deschisă şi de încredere în mine. Astfel pot vindeca orice afecţiune care apare la **nas.**

733. NAS (afecţiuni ale...)

Nasul este organul mirosului. Este simţul care mă ajută să trăiesc, să fiu în contact cu atmosfera, cu exteriorul. Mirosul este unul dintre simţurile cele mai puternice pe care le am şi este legat de primul centru de energie (chakra), situat la nivelul coccisului. **Nasul** reprezintă o dublă deschidere spre viaţă! Nara dreaptă şi cea stângă sunt canalele din interior şi exterior. Dacă, corpul meu ridică o barieră în canalul respiraţiei, face acest lucru pentru a-mi arăta că mă izolez de cineva din anturajul meus au de o situaţie care mă afectează, care mă deranjează sau pe care nu o accept↓♥. Vreau să mă "rup" de ceva ce poate avea legătură cu partea mea intimă şi secretă, atât la nivelul gândurilor, cât şi la nivel fizic şi emoţional. "Acest lucru miroase urât!" Sau poate fi vorba despre o persoană care "nu-mi miroase bine". Acea persoană, pe care nu o pot mirosi pot fi chiar eu, (sau anumite aspecte ale personalităţii mele pe care le resping)! Astfel **îmi pot pierde simţul olfactiv.** Simt melancolie şi tristeţe, deoarece sunt separat de mirosurile pe care le iubesc. Vreau să mi se respecte intimitatea. Trebuie să mă întreb totuşi, dacă eu "nu îmi bag nasul în treburile altora" sau "îmi bag nasul peste tot". Sau poate există o persoană sau o situaţie pe care o judec, o critic deoarece "miroase urât" şi faţă de care pot simţi o **ranchiună** şi chiar dezgust. "Miros" o situaţie, un eveniment care va veni, care "se ţese" şi pe care îmi este teamă să îl înfrunt. Trăiesc o situaţie în care ceva sau cineva se va naşte şi acest lucru îmi generează o stare de rău. Am o dificultate în a simţi apropierea cuiva. Pacea mea interioară este tulburată de o persoană, un intrus, pe care vreau să îl îndepărtez de mine. Sau, este posibil ca pe plan sexual să îmi fie greu să reperez "un prădător" sau "o pradă", depinde de caz. Poate fi vorba despre un miros care nu îmi place deoarece îmi aminteşte un eveniment pe care vreau să îl uit şi pe care îl consider dezgustător. Mirosul este strâns legat de memoria mea holografică (în trei dimensiuni) asupra evenimentelor. Prin miros îmi este foarte uşor să-mi amintesc atât evenimente plăcute, cât şi neplăcute. Când nu mai pot mirosi, vreau să întrerup o informaţie înainte de a ajunge la creier pentru a nu fi în contact cu o situaţie care îmi poate stârni furie. Orice amintire dureroasă, care implică un miros anume, poate provoca o afecţiune la **nas**. Poate fi un miros greţos, dar poate fi şi un miros frumos al unei persoane de care a trebuit să mă despart şi acest lucru mă afectează şi astăzi.

Când am **nasul înfundat**, nu mai pot simţi gustul alimentelor. Prin urmare, trebuie să mă întreb dacă mai vreau să trăiesc o situaţie care "îmi lasă un gust amar!" Având **nasul înfundat**, este posibil să vreau, inconştient, să nu îmi amintesc de evenimentele trăite, pentru a evita să retrăiesc emoţii dureroase din trecutul meu. Poate vreau să mă opun cuiva sau unei situaţii. Forţez prea mult lucrurile în loc să ascult ceea ce spune vocea mea interioară să fac. Am impresia că sunt "dus de **nas**". Deoarece **nasul** are legătură directă cu latura mea intuitivă şi cu simţurile mele, trebuie să mă întreb dacă este posibil să fiu închis faţă de intuiţia şi percepţia mea. Este ca aşi cum aş acoperi cu un văl emoţiile şi sentimentele mele. Mă las închis de prejudecăţi, într-un cadru limitat, în loc să fiu deschis la orice posibilitate nouă. Blocându-mi respiraţia, îmi "blochez" înţelegerea, ceea ce poate să îmi convină foarte bine. Dacă m-am simţit rănit, poate mă separ de o parte din mine şi am tendinţa de a aprecia mai mult partea exterioară şi artificială a lucrurilor. Pot deveni arogant, încăpăţânat şi să am tendinţa de a-i provoca pe ceilalţi, pur şi simplu pentru că nu mai sunt în contact cu înţelepciunea mea, cu latura mea intuitivă. Îmi sufoc agresivitatea şi frustrarea. Vreau să îmi schimb complet viaţa, dar nu îmi exprim sentimentele cele mai profunde. **Nasul uscat** este un semn că nu îmi pot exprima **iubirea** într-un mod deschis. Dacă am o **fractură la nas**, este posibil să îmi fie teamă că va urma o separare, de părinţii mei sau de alţi membri ai familiei ? Dacă mă **lovesc la nas**, înseamnă că există cineva pe care vreau să îl alung din viaţa mea. Sau vreau să îmi depăşesc tatăl, să îi arăt că am reuşit. Neînţelegerea mea faţă de el mă poate determina să regret că este tatăl meu. Am o mare frică de eşec. Nu am simţit apropierea unui agresor şi nu am reuşit să mă apăr. **O deviaţie de sept** indică faptul că în viaţa mea lucrurile nu sunt separate, delimitate clar, am tendinţa de a amesteca totul (mai ales munca şi latura afectivă).

Accept↓♥ această stare de restricţie a respiraţiei mele pentru a-i elibera pe ceilalţi de deciziile lor, pe care eu nu am de ce să le judec sau să le critic. Încetez să mai judec oamenii, situaţiile, alegerile lor şi deciziile pe care le fac şi, în acelaşi timp, mă eliberez şi eu de deciziile şi de alegerile mele. Astfel viaţa va circula liber în mine şi **iubirea** se va dezvolta. Accept ↓♥ din plin ceea ce sunt şi toate experienţele pe care le-am trăit. Accept↓♥ că evenimentele dificile pentru mine, pe care le înţeleg altfel acum, fac parte din experienţa mea şi voi începe din nou să respir liber.

734. NAS CARE CURGE ÎN GÂT

Orice lichid din corpul meu reprezintă un aspect al emoţiilor mele. Dacă **nasul** curge în gât, în loc ca lichidul să iasă în exteriorul corpului, acest lucru indică faptul că îmi "înghit" emoţiile sau lacrimile. Am tendinţa de a mă retrage în mine şi "a-mi plânge de milă". Sunt ataşat de cineva sau de ceva. Lacrimile vor să curgă, dar îmi este greu să le las să curgă: vreau să arăt că sunt foarte puternic şi controlez totul, dar realitatea este total alta.

Dacă sensibilitatea mea este reprimată, mai devreme sau mai târziua va trebui să se exprime. Am atâta nevoie ca ceilalţi să se ocupe de mine! Ceea ce arăt celorlalţi este complet diferit de ceea ce trăiesc eu în interior şi astfel mă deconectez de lumea din jurul meu.

Este important să mă ocup de **mine**, să fac lucruri pentru **mine**, pentru a-mi recăpăta pofta de viaţă şi a-mi îndeplini misiunea. Trebuie să fiu sincer cu cei din jurul meu. Îmi asum din plin emoţiile. Încep din nou să am grijă de **mine**, dacă vreau ca şi ceilalţi să îmi ofere afecţiune

735. NAS (congestie) *Vezi: CONGESTIE*

736. NAS — KILLIAN (polip al lui...) *Vezi şi: TUMORĂ*

Polipul lui Killian [59] este o tumoră benignă, care se dezvoltă în sinus sau în fosa nazală corespunzătoare acestuia şi obstrucţionează total sau parţial partea afectată. Ca şi în cazul tumorilor, în general, este vorba despre faptul că am suferit un şoc emoţional faţă de ceea ce "am simţit". Durerea mă face să mă închid şi mă determină să retrăiesc situaţii care m-ar putea afecta. În funcţie de localizarea polipului, acest "glob de carne", voi putea găsi ceea ce mă tulbură, fie pe partea stângă, pe plan afectiv, emoţional, fie pe partea dreaptă, pe plan raţional sau legat de responsabilităţile mele.

Dacă este nevoie ca **polipul** să fie scos, îi mulţumesc corpului meu pentru informaţia pe care mi-a transmis-o şi accept↓♥ din toată **inima♥**, **conştientizarea** pe care o am de făcut.

737. NAS (sângerări...)

Nasul este organul prin care circulă aerul pentru a ajunge la plămâni şi sângele transportă aerul şi oxigenul în întreg organismul. **Sângerarea nasului (epistaxis)** indică faptul că las bucuria, **dragostea** de viaţă, în afara corpului meu, în afara fiinţei mele. **Îmi pierd bucuria în legătură ce ceva ce simt.** Există, cu siguranţă, o mare decepţie în viaţa mea. Am impresia că sunt golit de tot sângele, de toată bucuria de a trăi. Am sentimentul că nu sunt acceptat↓♥, recunoscut sau iubit la adevărata mea valoare. Joc rolul victimei şi am tendinţa să păstrez distanţa faţă de ceilalţi. Mă simt închis şi presat de lucrurile pe care le am de făcut. Sângerarea nazală atrage atenţia celorlalţi asupra mea. Dacă sunt un

---

[59] **Killian** (Gustav): oto-rino-laringolog german (1860-1921). A activat la Berlin, apoi în Statele Unite, unde a inventat bronhoscopia în anul 1897 şi esofagoscopia în 1898

copil, îmi este greu să mă poziţionez faţă de o persoană, care reprezintă pentru mine o autoritate. Caut tot timpul aprobarea acelei persoane.

Accept ↓♥ să învăţ să mă recunosc, să mă iubesc eu însumi, şi să înţeleg că fericirea mea depinde doar de ceea ce cred eu despre mine însumi. Există o credinţă străveche conform căreia, emoţiile rele sau situaţiile rele se duc, în afara vieţii mele.

738. NAS — SINUZITĂ

Când am **sinuzită**, am un blocaj la **nas** şi **sinusurile** sunt afectate. Această infecţie a sinusurilor are legătură cu neputinţa mea faţă de o persoană sau o situaţie: nu o pot suporta sau nu îi mai suport "mirosul" puternic. Simt că mă sufoc, mă "usturǎ"... Sau este posibil să presimt un pericol sau o ameninţare, care stârnesc o frică în interiorul meu. Pericolul poate fi real sau imaginar: rezultatul va fi acelaşi. "Miroase urât treaba asta". Adevărul este ascuns sau deformat şi din acaestă cauză mă simt inconfortabil. Este posibil să mă aflu într-o situaţie din care am impresia că nu există nicio ieşire şi că mă aflu într-un impas? Îmi doresc un copil, dar am impresia că acest lucru este imposibil sau am deja un copil, dar aş vrea să mă simt mai apropiat de el, mai **unit** cu el ? Pot avea impresia că "ceva nu miroase bine", că există ceva ascuns sau că cineva face ceva pe la spatele meu. Mă opun, deoarece refuz să las aerul să intre pe **nas**. Creativitatea mea va fi foarte scăzută şi am tendinţa să lucrez într-un mod mai raţional. Simt multă iritare, deoarece mă simt limitat, fără spaţiu de manevră. Mă simt forţat, comprimat "strivit ca o lămâie", atât în ceea ce priveşte spaţiul vital **(sinusul maxilar)** cât şi timpul (**sinusul frontal**). Mă aflu într-o situaţie în care există o ierarhie: pentru că mă simt supus şi primesc mai puţine informaţii decât dacă aş fi avut putere de decizie, am impresia că trebuie să suport fără să cunosc toate elementele fiecărei situaţii. Deoarece nu pot să înţeleg totul, pot intui anumite lucruri, dar nu am nicio confirmare că ceea ce simt este adevărat şi acest lucru mă deranjează mult. În loc să îmi ascult vocea interioară, las vechile mele scheme mentale să îmi dicteze comportamentul. Îmi reprim emoţiile, angoasa şi frica mea că nu sunt iubit. Mă simt strâns de gât. Neputinţa mea mă fac să mă ascund în iluzie şi în revoltă. Am impresia că mi-am ratat viaţa... **Sinuzita** "explodează" când nici eu nu mai pot şi sunt pe care să explodez emoţional. Nu mai pot trăi în siguranţa vieţii organizate şi rigide, pe care mi-am creat-o. Nu mai pot trăi în funcţie de ceilalţi, pe care îi folosesc ca pe nişte balize de salvare. Am nevoie de **repere** noi şi să îmi afirm autoritatea. Mesajul pe care trebuie să îl înţeleg este acela de a simţi **iubirea** din jurul meu şi de a o inspira cât mai adânc în mine.

Accept↓♥ să vorbesc despre mine. Nu mai am nevoie să fac tot timpul compromisuri. Am încredere în vocea mea interioară, pentru a afla ceea ce este bun pentru mine. Las tandreţea să intre în viaţa mea. Am încredere în mine şi pot, în sfârşit, să văd **lumina** !

739. NAS (strănut) Vezi: STRĂNUT

740. NAS (sforăit) Vezi: SFORĂIT

741. NAŞTERE (felul în care s-a petrecut naşterea mea, ca şi copil...) *Vezi şi: NAȘTERE (ca mamă)*

În timpul celor nouă luni de gestaţie, când nu eram decât un foetus, toate simţurile mele erau deja trezite şi auzeam tot ceea ce mama, tata sau ceilalţi din jurul meu spuneau. Puteam simţi şi emoţiile, "stările sufleteşti" ale celor din jurul meu, mai ales pe cele ale mamei mele, cu care întreţineam legături foarte strânse şi puternice. Felul în care pot interpreta ceea ce am auzit sau am simţit în timpul acelei perioade va influenţa asupra comportemente mele viitoare. De exemplu, este posibil să fi avut impresia că "am făcut-o pe mama să sufere", în timp ce m-a născut, când de fapt, ea a contribuit la creşterea durerii prin anxietatea ei, prin fricile ei şi prin faptul că retrăia propria ei naştere, pe care o considera foarte dureroasă. Sau am putut crede că din cauza mea, mama a fost pe punctul de a muri. Astfel voi purta cu mine, toată viaţa, acest sentiment de culpabilitate "de a-i fi făcut rău mamei", sentiment pe care îl voi retrăi faţă de alte persoane. Dacă am impresia că **nu am fost un copil dorit** sau că părinţii **au vrut să mă ţină ascuns**, îmi pot trăi viaţa ca o fantomă. Pot simţi un sentiment de respingere foarte puternic şi am tendinţa de a mă îndepărta de ceilalţi. Dacă am avut puţine contacte cu părinţii mei, este posibil să vreau să compensez acest lucru devenind exagerat de apropiat faţă de ei, "mă lipesc de ei". În plus, felul în care s-a petrecut **naşterea** mea sau mijloacele folosite pentru a decurge mai uşor, îmi vor influenţa comportamentele pe care le am în viaţa de toate zilele, care se referă la **felul în care a decurs naşterea mea**. Acest lucru se întâmplă mai ales atunci când trăiesc mari tulburări sau mari schimbări în viaţa mea, situaţii pe care nu le pot controla. Iată câteva exemple cu situaţiile cele mai des întâlnite:

Dacă **poziţia mea în pântec** era incorectă, **naşterea** a fost foarte dificilă şi dureroasă. Acest lucru mă poate determina mai târziu, să trăiesc o viaţă de sacrificiu, voi continua să mă pedepsesc crezând că aceasta este singura modalitate de a trăi. Am tendinţa de a îndura multă durere şi frustrare, înainte de a ieşi din anumite situaţii. Dacă **m-am născut prematur**, voi fi de multe ori nerăbdător: o să vreau să termin o sarcină înainte chiar de a o începe. Am impresia că nu sunt complet, că îmi lipseşte ceva. Voi căuta mereu "acel ceva". În plus, dacă **am stat în incubator**, o perioadă, voi retări adeseori aceeaşi singurătate profundă şi impresia că sunt neputincios în faţa unor situaţii sau a unor persoane, ceea ce mă determină să mă izolez şi să am un nivel de energie foarte scăzut. Îmi va fi frică de întuneric, deoarece m-am obişnuit foarte devreme în viaţa mea, să stau în **lumină** puternică şi în gălăgie. Pot trăi un sentiment de respingere puternică, din cauza faptului că am avut impresia că mama m-a neglijat după naştere sau că "m-a expulzat" de la locul meu. În acest caz, voi avea tendinţa de a mă plasa în situaţii în care voi fi dat afară, fie din casă, fie de la locul de muncă sau din relaţiile afective. Contactele cu ceilalţi sunt rare sau absente. Deoarece timp de o perioadă mi-a lipsit hrana mamei mele, voi avea tendinţa să mănânc într-un mod compulsiv, pentru a evita să retrăiesc această lipsă. Este posibil să fi auzit, persoanele care veneau la spital, spunând lucruri de genul: "

Cum va trebui să te zbaţi pentru a supravieţui !" Crescând am păstrat această impresie că trebuie să mă lupt pentru viaţa mea şi pentru cauzele importante. Astfel, a abandona, a renunţa devin pentru mine sinonime cu un pericol de moarte.

Faptul de a fi **pus în incubator** este, pentru mine, o problemă de supravieţuire şi acest lucru se face, mai ales prin creşterea în greutate. Mai târziu, este posibil să am dificultăţi legate de pierderea în greutate, deoarece am înregistrat încă de la **naştere** faptul că trebuie să am rezerve de grăsime, pentru a putea supravieţui.

Dacă, din contră, **m-am născut mai târziu** de termen, voi avea o dificultate în a fi punctual şi a face lucrurile la timp. Am nevoie de mai mult timp şi mă simt bulversat de lucrurile pe care le am de făcut. Îmi place, de asemenea, ca lucrurile să fie făcute în felul meu. Aş putea să manifest agresivitate faţă de persoanele care vor să mă facă să mă simt vinovat de întârzierile mele, deoarece am impresia că sunt în întârziere, din cauza evenimentelor exterioare. Am tendinţa de a mă gândi mult înainte de a acţiona şi îmi este greu să iau decizii. În viaţă, este posibil să am tendinţa de a mă agăţa de persoanele cu care mă simt în largul meu. Poate mama voia să mă păstreze mai mult cu ea, îşi făcea griji pentru mine şi era fericită să mă simtă în burta ei sau poate eu eram cel care voia să rămână în fuziune cu ea ? Faptul de a mă fi născut **fie prea devreme, fie prea târziu** determină, în general situaţii conflictuale, legate de timp. Accept↓♥ să învăţ să stăpânesc timpul pentru a face bine lucrurile şi a avea timp pentru mine. În loc să trăiesc tot timpul în viitor sau în trecut, învăţ să trăiesc în prezent.

O **naştere** care trebuie **provocată**, denotă adeseori faptul că nu eram pregătit pentru a veni pe lume, este posibil să trăiesc multă frustrare, care mă va însoţi pe tot parcursul vieţii. Pot să devin neîncrezător faţă de cei din jurul meu. Naşterea **provocată** sau naşterea prin **cezariană** pot determina copilul să fie frustrat sau furios, deoarece nu este pregătit să vină pe lume: deoarece simte fricile mamei sau îi este frică lui însuşi. Tăietura din cezariană este foarte drastică: copilul a ieşit într-un mos brutal din pântecele mamei. Şi astfel, această ieşire prea rapidă pentru el, va provoca frustrări. De aceea aceşti nou-născuţi plâng mult în primele luni de la naştere. Uneori, medicul este cel care decide să provoace naşterea. În viaţa cotidiană, mai târziu, acest lucru se reflectă în nevoia ca altcineva să ia deciziile pentru mine. Sau aş putea avea o reacţie total opusă, să nu suport deloc ca ceilalţi să ia deciziile în locul meu, să nu las soarta mea "în mâinile altcuiva". În acest caz, doar opinia mea contează, deoarece, inconştient, îmi amintesc că, în timpul **naşterii** mele, nu am fost consultat pentru a şti când eram pregătit să vin pe lume. În cazul în care, mama mea a avut nevoie de **anestezie** pentru a mă aduce pe lume, este posibil să am tendinţa de a adormi tot timpul şi de a "anestezia" realitatea, nu percep lucrurile clar şi interpretez în felul meu evenimentele, în funcţie de fricile pe care le am. Este vorba despre o formă de fugă, asemenea unui drog: fiind ameţit, "îngheţat", evit să intru în contact cu emoţiile şi cu fricile mele. îmi este greu să primesc mângâierile şi este posibil să am boli de piele. Este posibil să îmi fie frică de durere, să am tendinţa să fiu distrat la muncă şi să am o dificultate de a accepta↓♥ să îndeplinesc sarcini care cer mult timp şi multă energie.

În cazul în care am avut **cordonul ombilical înfăşurat în jurul gâtului**, mă simt "sufocat" de oameni sau de situaţii. Pot să am o sensibilitate la nivelul gâtului, îmi este greu să mă exprim, să comunic simplu şi afirmativ. Am tendinţa să mă simt "strâns de gât". În acest caz, poate fi vorba şi despre disperarea mamei în faţa naşterii, mama se întreabă dacă copilul se va naşte în cele mai bune condiţii posibile şi dacă trebuie într-adevăr ca acel copil să vină pe lume. Nu vrea să îl lase să plece[60]. Astfel, adult fiind, acest lucru se poate reflecta, de exemplu, dacă nu mă simt în largul meu când port o cravată, un fular, bijuterii, deoarece acestea îmi amintesc, chiar dacă inconştient, că am fost în pericol de moarte cu **cordonul înfăşurat în jurul gâtului.** Îmi va fi greu să mă apropii de oameni, atât pe plan fizic, cât şi afectiv, deoarece am impresia că "mi se ia aerul" şi nu vreau în niciun caz, "să-mi leg funia de gât" prin căsătorie.

În cazul unui copil **născut prin cezariană** există mai multe interpretări posibile: este posibil să fi luat decizia de a ieşi, dar se simte împiedicat sau a fost scos afară înainte ca el să fie pregătit să iasă. În astfel de cazuri, ca adult, voi avea dificultăţi cu privire la aducerea proiectelor la termen, iar un efort prelungit şi constant este foarte greu de realizat. Mă descurajez uşor. Prefer ca ceilalţi să facă lucrurile în locul meu, mă simt incapabil să le fac eu însumi. De asemenea, pot avea impresia că oamenii mă tratează nedrept sau că nu sunt recompensat cum trebuie pentru eforturile depuse. "Daţi-i Cezarului, ce este al Cezarului" ! Ca mamă, faptul de a face o cezariană, mă împiedică să nasc prin vagin. Este posibil să fi trăit o situaţie în care m-am simţit abuzată, fie că s-a întâmplat în realitate, fie că mi-a fost foarte teamă că se va întâmpla, nu există nicio diferenţă. Ceea ce este important este cum am trăit acea experienţă şi ce am simţit. Pentru că vreau să evit să îmi rememorez acel eveniment dureros, **cezariana** devine o modalitate mai uşoară de a naşte copilul. Dacă sunt acel copil născut astfel, pot dezvolta mai târziu un comportament ezitant, fricos şi să am dificultăţi de a mă angaja în viaţă. Nu am încredere în deciziile mele, deoarece îmi este teamă că mă înşel. Deoarece nu am avut contact direct prin piele, cu mama, la naştere, poate, mai târziu voi avea o dificultate în a aprecia sexualitatea prin contactul pielii.

Dacă am **avut o poziţie transversală** la naştere, ca adult voi trăi adeseori o stare de culpabilitate, mai ales deoarece am impresia că îi fac să sufere pe cei din jurul meu. Reţin multe în mine şi îmi este greu să mă relaxez şi să am încredere. Trăiesc multă tensiune interioară. Nu mă simt bine aşezat în viaţă. Este ca şi cum aş merge invers în lume, nu aş fi dorit sau mă simt incapabil să împlinesc dorinţele şi aşteptările părinţilor mei. De asemenea, pot avea impresia că mă simt limitat în acţiunile mele şi în proiectele mele. Este ca şi cum oamenii şi circumstanţele vieţii fac în aşa fel încât eu să renunţ la lucrurile noi pe care vreau să le fac.

---

[60] Patrick Drouot a menţionat într-una din cărţile sale faptul că un procent mare (peste 60 %) dintre persoanele născute cu cordonul ombilical înfăşurat în jurul gâtului, **au conştientizat**, în timpul unei regresiuni într-o viaţă anterioară, faptul că au fost spânzurate

Dacă, în timpul nașterii s-a folosit **forcepsul**, care avea rolul de a-mi strânge și a-mi proteja capul, pentru a ușura expulzarea, este posibil să sufăr de dureri de cap, de dureri ale craniului și am impresia că mă izbesc de multe dificultăți în viață, mai ales la începutul unui proiect sau al unei noi relații. Am impresia că trebuie să fac față circumstanțelor care apar, pentru a-mi duce la capăt noul proiect sau noua relație. Îmi pun multă presiune pe umeri și am o plăcere răutăcioasă în a accepta↓♥ inutil tot mai multe responsabilități. Mă simt "forțat" să fac anumite lucruri, având des impresia că "nu am de ales". Am tendința de a aștepta până în ultimul moment pentru a face ceva. Pot trăi des situații de urgență îîn care am nevoie de un ajutor din afară, la fel ca și la **naștere**. Fără acest ajutor, simt că voi muri... Totuși, dacă atunci când eram bebeluș, aș fi vrut să rămân în fuziune cu mama mea, ajutorul din exterior ar fi fost perceput ca ceva negativ, m-ar fi lipsit de contactul cu mama. Le pot cere părinților mei detalii despre **nașterea** mea. Doar faptul de a **conștientiza** dificultățile trăite în acel moment mă va ajuta să înțeleg și să schimb comportamentele care decurg și care pot să nu îmi placă.

Dacă sunt **geamăn**, îmi pot pune întrebarea de ce părinții mei au fost atât de grăbiți să aibă copii, din moment ce au făcut doi în același timp. Le era teamă că își vor pierde copilul și, inconștient, au făcut, un al doilea, pentru a se asigura? Oricare ar fi motivul, le mulțumesc pentru că m-au adus pe lume...

742. NAȘTEREA PREMATURĂ

O naștere prematură are loc între a 29-a și a 38-a săptămână de la încetarea menstruației. Dacă se întâmplă, este posibil ca eu să nu mă simt suficient de puternică pentru a purta acest copil până la termen și că doresc, inconștient, să mă debarasez de el. Poate că am păstrat sarcina secretă, ascunsă de o persoană de a cărei reacție îmi era foarte teamă.

Oricare ar fi motivul, accept ↓ ♥ că tot ce se întâmplă este spre binele meu și al copilului născut prematur.

743. NEBUNIE Vezi și: PSIHOZĂ

Nebunia, denumită și **alienare mintală** sau **psihoză**, apare atunci când nu mai suport și **resping lumea în care trăiesc**. Mă simt agresat și persecutat din toate părțile, mai ales de propria mea familie. Viața nu înseamnă pentru mine decât suferință. Mă închid în universul meu unde mă simt foarte bine. Nimic nu mă poate atinge aici. Este modul meu de a mă deconecta definitiv de familie și de lumea exterioară. Este o fugă și o evadare. Aceste aspecte apar mai ales în **grandomanie**, care este asociată cu un sentiment exagerat al propriei mele valori sau al cauzei la care ader. Există o lipsă de realism care are drept cauză lipsa respectului de sine. Mă simt mic și îmi proiectez idealurile în lumea iluziilor.

Accept↓♥ să mă eliberez de această **nebunie**, primind **iubire** și înțelegere. Dacă consider că nebunia pune stăpânire pe mine, trebuie să preiau controlul asupra mea și să accept↓♥ faptul că, tot ceea ce mi se întâmplă are un motiv și prin aceste experiențe devin mai responsabil, mai liber, mai stăpân pe viața mea. Astfel pot să accept mai ușor noile situații care apar în viața mea

744. NEFRITĂ *Vezi: RINICHI — NEFRITĂ*

745. NEFRITĂ CRONICĂ *Vezi: BRIGHT [BOALA A LUI...]*

746. NEFROPATIE *Vezi: RINICHI— NEFRITĂ*

747. NELINIȘTE

Neliniștea se manifestă prin agitație, angoasă și frică. Provine dintr-o nesiguranță interioară pe care o trăiesc și care mă face să fiu foarte emotiv. **Neliniștea** mea își poate avea originea în copilărie, mai ales dacă am trăit o stare de nesiguranță fizică sau socială sau am avut impresia că mi-a lipsit ceva pe plan afectiv și educational sau dacă m-am simțit **abandonat** la un moment dat. Această trădare poate reapărea la vârsta adultă atunci când retrăiesc o situație asemănătoare cu cea pe care am trăit-o în copilărie și care îmi "reactivează" acest sentiment. Trăiesc **neliniște** și față de o situație față de care cred că nu am nicio putere să o schimb sau în care mă percep mai mult ca victim a evenimentelor decât ca și creator al acestora. Cred că trebuie să îndur în loc să cred că sunt capabil să acționez și să accept↓♥ să învăț să am încredere în mine.

Trebuie să fiu mai puternic decât angoasele mele pentru a le putea controla, în loc să fie ele cele care mă controlează și îmi alimentează sentimental de neputință față de viață.

Neliniștea este legată de o **îndoială,** de o frică față de o situație sau o persoană, față de care simt un pericol. Am o neînțelegere față de ceea ce mi se întâmplă. Mentalul meu începe să fabuleze cu tot felul de idei și nu mă mai pot concentra.

Începând de acum, îmi concentrez atenția pe interiorul meu și accept ↓♥, la nivelul **inimii♥** experiențele vieții și mă protejez în același timp.

748. NEMULȚUMIRE

Nu sunt satisfăcut de ceea ce mi se întâmplă în viață. Sunt poate prea perfecționist. Nemulțumirea mi se vede adesea pe față. Am nevoie să fac schimbări în viața mea, să restructurez, dar îmi este teamă de consecințele care vor decurge. Prefer așadar să mă plâng, în loc să acționez.

Accept↓♥să caut cauza acestei nemulțumiri, pentru a aduce schimbări pozitive în viața mea, cu mijloacele potrivite. Voi fi primul care voi beneficia de mai multă bucurie, care se va răsfrânge și asupra celor din jurul meu.

749. NERVI (în general)

Nervii sunt organe care primesc și transmit informații întregului corp, informații provenite din sentimente, din gânduri sau de la simțuri. Activitățile conștiente sunt controlate de **nervii** periferici, care își au sursa în măduva spinală, unde se află sediul sistemului nervos. Activitățile inconștiente, precum bătăile **inimii♥** sau respirația sunt controlate de sistemul nervos vegetativ (autonom). Prin meditație sau printr-o relaxare profundă, pot obține un control conștient asupra acestui sistem. Există mai multe feluri în care pot fi afectat, deoarece sistemul nervos acoperă mai multe funcţii. **Nervii** sunt ca un sistem electric al corpului. Dacă circuitele mele sunt supraîncărcate deoarece există prea multă "tensiune", acest lucru afectează funcţionarea organismului meu. Această tensiune poate apărea din faptul că am nelinişti faţă de viitor şi îmi este teamă că proiectele pe care le pot realiza nu vor fi gata la termen. Această tensiune a **nervilor** mei reflectă starea mea interioară: mă simt în **detenţie** (în închisoare) faţă de o persoană, o situaţie sau pur şi simplu faţă de mine însumi. Dacă sunt afectaţi **nervii senzitivi** (cei care pleacă de la organele de simţ) înseamnă că vreau să devin insensibil faţă de ceva sau faţă de cineva. Dacă sunt atinşi **nervii motori** (care ajung la muşchi), am o dificultate în a face o anumită mişcare. **Nervii** stau la **baza comunicării** şi, dacă nu funcţionează normal, pot să mă întreb, în ce aspect din viaţa mea aş avea interesul să comunic şi să primesc ceea ce au de spus ceilalţi.

Dacă sunt "cu nervii la pământ" sau "la capătul nervilor", acest lucru îmi reaminteşte că am o sensibilitate crescută şi, chiar dacă este posibil să mă fi simţit rănit în trecut, accept↓♥ să am încredere în ceilalţi.

750. NERVI (criză de...) *Vezi şi: ISTERIE, NEVROZĂ*

Crizele de nervi reprezintă o creştere a energiei, o vibraţie interioară, care blochează nivelul vorbirii prin lipsa comunicării sau incapacitatea de a-mi exprima punctul de vedere, în cadrul unei activităţi când este imposibil să îndeplinesc sau să realizez ceva. Blocajul devine atât de puternic încât, nu pot elibera energia în armonie şi atunci se produce o **explozie.** Aceste crize îşi au originea în atenţia mea care este tot timpul centrată pe frică. Îmi este teamă tot impul să se va întâmpla ceva negativ şi nu fac nimic pentru a schimba acea situaţie.

Accept↓♥ să mă opresc şi să **conştientizez** totul, respirând adânc şi relaxându-mă profund. Trebuie să accept↓♥ situaţia şi să îmi acord timp pentru a face tensiunea să scadă prin reechilibrarea emoţiilor mele.

751. NERVI — NEVRALGIE *Vezi şi: DURERE*

Nevralgia poate fi descrisă ca contact stricat, pe traseul unui fir electric. Firele electrice sunt reprezentate de **nervi**. Este o durere ascuţită, pe un **nerv**, provocată de o tensiune prea mare pe traseul nervului. Dacă nervul este tăiat, înseamnă că şi comunicarea, libera circulaţie a energiei în mine, este întreruptă şi ea. Se produce o separare, o întrerupere. Există o "răceală" care s-a instalat între mine şi o altă persoană, o anumită animozitate, însoţită de agresivitate şi de **ranchiună**, care mă împiedică să intru în contact cu acea persoană. Gândurile mele sunt iritante şi arzătoare. Am impresia că "îmi vor crăpa nervii". Locul în care este situată durerea indică genul de emoţie despre care este vorba. Un sentiment de culpabilitate şi dorinţa de a fi tot timpul în normele stabilite de societate sunt, de multe ori, sursa unei **nevralgii**. Îmi este frică de autoritate. Dacă **nevralgia** apare la un **braţ** sau la o **mână**, acest lucru indică o presiune (precum un angajament) sau o altă emoţie (precum neputinţa), care mă împiedică să "iau" o decizie sau o direcţie armonioasă în viaţă. Dacă **nevragia** apare la un **picior**, indică un pas în plus într-o nouă direcţie, pe care emoţia îl blochează şi, prin urmare, blochează libera circulaţie a energiilor în viaţa mea. **Nevralgia facială** arată faptul că faţa mea "este de gheaţă", că îmi ascund emoţiile, pentru a mă proteja. Pot, de asemenea, să am tot timpul, "chiar în faţă" ceva ce îmi aminteşte de un eveniment dureros din viaţa mea. **Nevralgia dentară** reflectă că, faptul de a mă plia în faţa celorlalţi mă revoltă. Devin indiferent pentru a evita să fiu nevoit să iau decizii.

Accept↓♥ să îmi **conştientizez** emoţiile interioare, care împiedică fluxul natural de energie. În ce situaţie mă simt blocat ? De ce comportament sau obicei vreau să mă debarasez ? **Conştientizând** aspectul vieţii mele (în funcţie de partea corpului care este afectată) care este atins de anxietate sau nesiguranţă, îl voi putea remedia mai uşor şi voi găsi soluţiile şi toată **iubirea** necesară. Mă eliberez din această închisoare pe care mi-am construit-o eu singur. Las să curgă emoţiile şi le accept↓♥, le integrez şi le schimb în ceva pozitiv. Rămân în contact permanent cu esenţa mea divină şi astfel pot îndeplini lucruri importante !

752. NERVI — NEVRITĂ

Nevrita este inflamaţia unuia sau mai multor nervi. Partea corpului care este afectată de unul sau mai mulţi nervi, indică în ce aspect al vieţii mele este nevoie să fac o **conştientizare.** Chiar dacă aparent **nevrita** îşi are originea într-o infecţie, în alcoolism, în anumite boli sau în efectele secundare ale anumitor medicamente, este de dorit să găsesc, în comunicarea cu mine însumi, factorul care măă determină să trăiesc furia. Îi refuz pe ceilalţi, în ceea ce sunt sau în ceea ce fac. Mă simt agresat şi vreau să mă apăr. Detest **imprevizibilul.** De aceea încerc să **previn** totul, având astfel un fals sentiment de control. Prefer să trăiesc în anonimat. Astfel, ceilalţi nu mă văd şi evit să îi critic.

Accept↓♥ să restabilesc această comunicare cu mine însumi şi îmi găsesc înţelegerea de care am nevoie. Regăsesc mai mult calm în viaţa mea şi în corpul meu. Trăiesc în adevăr, transparenţă şi cu **inima♥** deschisă.

753. NERV OPTIC *Vezi: NERVI — NEVRITĂ*

754. NERVUL SCIATIC *Vezi şi: DURERE, SPATE / [AFECŢIUNI ALE ...] / ZONA LOMBARĂ, PICIOARE / [ÎN GENERAL] / [AFECŢIUNI ALE...]*

Nervul sciatic începe din zona lombară a coloanei vertebrale, traversează fesele, coapsa şi gamba, ajungând până la laba piciorului. Durerea simţită mă paralizează. Este posibil ca durerea să se manifeste mai mult la un picior decât la celălalt. Am nelinişti cu privire la situaţia financiară, deoarece trec printr-o tranziţie importantă din viaţa mea, care mă face să trăiesc o nesiguranţă puternică. Dacă **piciorul drept** este afectat, acest lucru poate însemna că îmi este frică să fac faţă responsabilităţilor din viaţa mea. Sau pot avea sentimentul că "îmi pierd sprijinul", mai ales dacă am şi sentimentul că sunt trădat. Mă simt obligat să merg într-o anumită direcţie, deşi nu vreau acest lucru. Dacă durerea apare în

piciorul stâng, lipsa de bani îmi poate intensifica sentimentul că nu pot da totul, pe plan material, oamenilor pe care îi iubesc. Există lucruri pe care aş vrea să le fac, dar nu pot. Mi-e teamă că dragostea lor pentru mine va fi afectată. Îmi fac iluzii, mă consider foarte spiritual şi detaşat de bunurile materiale (am un soi de ipocrizie). Totuşi, **tema de a nu avea bani** mă urmăreşte şi devin foarte **anxios.** Muncesc mult, am responsabilităţi mari şi, în ciuda eforturilor mele, am probleme financiare. Corpul meu înţepeneşte: **mă simt blocat**. Este ca şi cum m-aş simţi strâns de gât, neputincios într-o situaţie, având impresia că altcineva are putere asupra acelei situaţii, nu eu. Mă simt limitat în libertatea mea şi în creativitatea mea. Ce anume nu fac? Am oare cunoştinţele şi talentul necesare pentru a face faţă unei noi situaţii? **Nesiguranța** mea mă face să **mă revolt** am resentimente faţă de viaţă. Mi-am creat un sentiment de inferioritate.

Agresivitatea se instalează fără să îmi dau seama şi comunicarea mea cu ceilalţi are de suferit. Furia fierbe în interiorul meu. Aş vrea să **opresc** totul ! Este important să îmi **calmez nervii**, deoarece, în acest moment, am impresia că am nervii întinşi la maxim. **Conştientizez confuzia mea interioară** şi durerea mea (atât interioară cât şi exterioară) cu privire la direcţiile din viaţa mea, **aici şi acum**. Această durere rezultă adeseori din încăpăţânarea mea de a mă agăţa de vechile mele idei în loc să fiu deschis spre schimbare şi noutate. Îmi fac griji pentru ca cei din jurul meu să fie bine şi fericiţi, în detrimentul propriei mele fericiri. Această situaţie este frecventă în cazul femeilor însărcinate, care trăiesc o confuzie interioară şi o suferinţă cu privire la direcţia actuală din viaţa lor: au îndoieli, temeri şi nelinişti. Mă simt susţinut în noile mele responsabilităţi, pe care le voi avea de aici înainte ? De cine sau de ce anume aş vrea să mă apropii sau, dimpotrivă, să mă îndepărtez. Am o dificultate, deoarece acest lucru ar aduce multe schimbări în viaţa mea. **Conştientizez** faptul că m-am închis singur într-o închisoare, pentru a nu fi fericit şi a-mi putea dezvolta pe deplin potenţialul, nu îndrăznesc să trăiesc în funcţie de esenţa mea, de eul meu autentic. Îmi las la o parte latura intuitivă, impulsivă, creativă. Mă împiedic să avansez mai repede din cauza fricilor mele. Caut siguranţa în exteriorul meu şi în lucrurile materiale, artificiale.

Nu trebuie să mă judec, ci să mă accept↓♥ aşa cum sunt. Accept↓♥ faptul că **sursa adevăratei mele siguranțe** este în mine şi nu în bunurile pe care le am. Mă relaxez şi am încredere în **univers**, deoarece există abundenţă pentru toţi, pe toate planurile: fizic, mental şi spiritual. Având încredere în **univers**, am încredere în viaţă. Aleg să accept↓♥ flexibilitatea şi descopăr adevărata bogăţie, cea care se află în mine. Adevărata valoare a unei fiinţe se măsoară cu măreţia **sufletului** ei. Îmi accept↓♥ limitele, îmi **conştientizez** fricile şi le integrez. Decid să avansez în viaţă şi mă las îndrumat în siguranţă, pentru binele meu.

755. NERVOZITATE

Nervozitatea este un semn care indică faptul că nu am încredere în mine, în cei din jurul meu şi în viitor. Faptul de a vrea să merg prea repede sau să vorbesc prea repede îmi trădează **nervozitatea.** Când sunt nervos îmi pierd conexiunea cu interiorul meu. Devin instabil, iritat.

Accept↓♥ să am încredere în viaţă şi să admit că nu este necesar să controlez totul la perfecţie, pentru ca viaţa să fie frumoasă şi iubitoare. **Conştientizez** faptul că, nervozitatea mea ascunde instabilitate, frica de un eveniment în care nu am încredere sau teama de a pierde ceva sau pe cineva drag. Trebuie să mă eliberez şi să am încredere în eul meu interior şi să mă relaxez în mod constant.

756. NEURASTENIA *Vezi şi: BURNOUT, DEPRESIE, OBOSEALĂ [ÎN GENERAL]*

Neurastenia sau **epuizarea nervoasă**, este o stare de oboseală fizică şi psihică. Simptomele sale se traduc prin dificultatea de a lua decizii şi prin confuzie. Deşi nu am nicio tulburare organică, este posibil să am dificultăţi legate de digestie, dureri fizice, o emotivitate exacerbată şi să mă simt foarte slăbit. **Neurastenia** seamănă în mai multe aspecte cu **depresia**. Şi în acest caz, am tendinţa de a fi singur şi a vedea totul în negru. Nu vreau să fac eforturi, deoarece îmi spun că acestea nu vor schimba nimic. Atitudinea mea negativă este cauza acestei boli. Mă simt într-un impas. Vreau să excelez, să mă remarc, dar mi se pare că îmi risipesc şansele dinainte, de fiecare dată când mă descurajez.

În loc să îmi concentrez atenţia pe "tot ceea ce nu merge în viaţa mea", accept↓♥ să spun **Mulțumesc** pentru ceea ce am. Trebuie să mă responsabilizez, să îmi fac proiecte şi să accept↓♥ faptul că, am tot potenţialul, perseverenţa şi curajul necesare pentru a-mi atinge toate scopurile pe care le fixez. Fericirea şi bucuria vor ocupa şi mai mult loc în viaţa mea.

757. NEUROPATIE *Vezi: SISTEM NERVOS*

758. NEVOIE (în general) *Vezi: DEPENDENȚĂ*

759. NEVRALGIE *Vezi: NERVI — NEVRALGIE*

760. NEVRITĂ *Vezi: NERVI — NEVRITĂ*

761. NEVROZĂ *Vezi şi: ANGOASĂ, ISTERIE, OBSESIE*

Nevroza este o afecţiune nervoasă, caracterizată de conflicte psihice, care determină tulburări de comportament, dar nu alterează decât foarte uşor personalitatea unei persoane care este afectată. La fel ca depresia şi psihoza, **nevroza** este cauzată de emoţiile nestăpânite sau de căutarea unei identităţi, care să o înlocuiască pe cea pe care o refuz. Chiar dacă păstrez contactul cu realitatea şi pot continua să trăiesc în societate, este posibil să am un sentiment de angoasă, judecata mea poate fi alterată şi viaţa mea sexuală poate fi afectată, sub formă de impotenţă sau frigiditate. Mă simt singur, nu am pe nimeni care să mă susţină. Mă simt golit, deconectat de la emoţiile mele. Îmi refuz plăcerile. Mă împiedic să trăiesc cu adevărat şi, în acelaşi timp, îmi este frică de moarte. Pot să am dependenţe, deoarece am nevoie de o supapă pentru a lăsa să iasă tot ceea ce vreau să reţin în mine. Lupta interioară este constantă şi extenuantă. Dacă reprim o parte din mine, trebuie să mă echilibrez prin comportamente care pot fi obsesionale. Sunt contrariat, deoarece multă lume, inclusiv persoane care reprezintă autoritatea, este în dezacord cu felul meu de a gândi.

Accept↓♥ să îmi reiau locul care îmi revine şi să am nevoie să primesc atenţie pentru a fi valorizat. Am nevoie, de asemenea, să găsesc un sens vieţii mele, ceea ce mă va ajuta să mă eliberez de tensiunile pe care le trăiesc. Voi fi liber, deoarece îmi voi concentra atenţia pe un scop fix, pe o sursă de fericire şi de satisfacţie. Trebuie să îmi accept↓♥ natura profundă, care înseamnă să îi iubesc pe ceilalţi şi să mă iubesc pe mine însumi, fără să fie nevoie să înţeleg toată viaţa, de la A la Z, pentru a mă accepta↓♥ aşa cum sunt.

762. NISTAGMUS *Vezi: OCHI — NISTAGMUS*

763. NODULI

Un **nodul** este o leziune cutanată sau mucoasă, bine delimitată, aproape sferică şi palpabilă, care poate apărea în diverse straturi ale pielii (dermă, epidermă sau hipodermă). Apare frecvent pe corzile vocale sau în ureche. În acest caz, un **nodul** mă ajută să **conştientizez** faptul că trăiesc o decepţie, o **ranchiună** faţă de un proiect pe care nu l-am putut realiza, deoarece am avut de înfruntat un obstacol foarte mare, care m-a îndepărtat de scopul meus au nu m-a lăsat să îl ating. Poate fi vorba despre ceva pe plan profesional sau pe plan afectiv. Comunicarea (corzile vocale) poate fi afectată, poate am vrut să spun ceva ce nu am îndrăznit sau am impresia că am vorbit prea mult şi în gol. Sau poate fi vorba despre ceva ce am **auzit** (**nodul** la nivelul urechii) şi care m-a deranjat atât de tare, încât am oprit proiectul pe care îl derulam. Est eimportant să ştiu că tot ul se întâmplă la momentul oportun. Observ dacă rigiditatea pe care o arăt în viaţa mea poate fi cauza afecţiunii mele interioare. Dacă sunt prea dur faţă de mine însumi, într-o zi voi vrea să mă revolt. Am uneori impresia că, aşteptările celorlalţi faţă de mine sunt practic nerealiste şi trebuie să fiu altcineva pentru a supravieţui în această lume. **Nodulul** apare de obicei într-un loc din corpul meu unde nu vreau să fiu atins (nici măcar de cineva pe care îl iubesc sau în care am încredere, de exemplu un medic) deoarece acest lucru îmi reaminteşte un şoc emoţional, un eveniment dureros. Sentimentul meu de nesiguranţă poate fi amplificat în acel moment. Pot retrăi o situaţie în care mi s-a spus "nu": şi a fost ceva foarte dureros pentru mine. Nu primesc recunoaşterea de care am nevoie şi nu am încredere în puterea mea creatoare.

Accept↓♥ aspectul care mi-a oprit entuziasmul, pentru ca apoi să îl pot depăşi. Important este să îmi ating ţelul fixat, indiferent care vor fi obstacolele de pe parcurs. Voi fi mai mândru şi mai mulţumit de mine ! Îmi las la o parte masca şi învăţ să fiu eu însumi. Aleg să realizez proiecte care îmi sunt dragi şi care sunt importante pentru mine şi doar pentru ceilalţi. Poziţionându-mă voi putea să îmi exprim nevoile şi voi avea toată energia necesară pentru a-mi atinge toate ţelurile.

764. NOSTALGIE *Vezi şi: MELANCOLIE*

Nostalgia este o formă de melancolie provocată de un regret. De obicei, atunci când sunt **nostalgic**, înseamnă că privesc printr-un nor îmbibat de emoţii, în afara prezentului, având sentimentul că îmi lipseşte ceva. Este o formă de reverie. Nu trebuie ca acest vis să de vină o fugă constantă de prezent. Mă agăţ de "amintirile frumoase din trecut" pentru a rezista. Dacă mă agăţ de trecut, nu mai pot vedea lucrurile frumoase care apar în prezent. Optimismul şi spontaneitatea mea dispar. Nu mă mai pot bucura de "aici şi acum" şi las să treacă nenumărate ocazii de a întâlni oameni noi, de a trăi experienţe noi. **Nostalgia** se poate transforma uşor în negativism şi prietenii mei se vor îndepărta de mine. Această **nostalgie** poate să nu îmi facă rău, cu condiţia să nu dureze mult sau să apară prea des.

Accept↓♥ să savurez din plin prezentul pentru ca fiecare moment care trece să fie trăit ca o experienţă unică şi plină de învăţăminte noi.

O

765. OASE (în general)

Oasele reprezintă structura solidă a corpului, stâlpii săi, arborele vieţii. În interiorul oaselor există măduva, cel mai profund miez al fiinţei mele, locul în care se nasc celulele imunitare care au capacitatea de a mă proteja. Energia rinichilor (aflată în legătură cu nesiguranţa şi încrederea în sine) hrăneşte **oasele** şi măduva, de aici vine expresia "a avea rinichii puternici". **Oasele** reprezintă structura de bază, armătura **fundamentală** pe care este construită întreaga mea fiinţă, **suportul** corpului meu emoţional. Oasele au, de asemenea, o legătură cu structura legilor şi cu principiile fundamentale cu care am de-a face în fiecare zi şi care sunt aplicate de autoritate (poliţie, profesori, părinţi etc.) pentru a mă ajuta să fiu sprijinit şi a exista o ordine generală. Începând din copilărie, pe măsură ce cresc, mă poziţionez faţă de autoritate şi este posibil ca, atunci când ajung de înălţimea mamei mele, dacă este o persoană autoritară, atitudinea mea faţă de ea să se schimbe foarte mult.

Accept↓♥ să încetez să mă mai tem şi învăţ **să am încredere în mine.**

766. OASE (afecţiuni ale...)

Bolile sau afecţiunile **oaselor**, inclusiv **cancerul de oase**, reflectă un protest faţă de acea autoritate pe o înfrunt şi faţă de care pot ajunge chiar să mă revolt, mă simt incapabil să acţionez într-o situaţie dictată sau supusă unor principii existente sau unor legi. Am impresia că "mi se pun beţe în roate". Mă opun autorităţii. Pot să mă întreb dacă mă simt profund bulversat sau tulburat cu privire la credinţele mele fundamentale, la convingerile mele intime. Sunt foarte **dezamăgit** faţă de mai multe aspecte din viaţa mea şi faţă de societate în general. Este posibil chiar să am un sentimente de **dezolare**, atât sunt de afectat de anumite situaţii. Dacă **oasele** mele sunt afectat de o boală sau o afecţiune, trebuie să mă întreb în ce aspect al personalităţii mele mă **devalorizez**, ajungând chiar să vreau ca acel aspect să **dispară.** Valoarea mea ca fiinţă umană este pusă sub semnul întrebării. Mă simt ca un **deşeu**. Mă simt **anihilat, stricat, distrus** de ceilalţi ? Fie mă devalorizez şi am o dificultate de a mă face respectat, fie mă ascund în spatele unei imagini prin care nu las să se vadă decât partea pozitivă a personalităţii mele. Prefer să par dur şi rece: acest lucru dă impresia că potcontrola totul, când de fapt, în adâncul meu, tremur de frică la ideea de a intra în contact cu emoţiile mele. Mă simt slab, fără apărare, chiar **indolent**. Pentru că mă simt inferior, îmi este greu să mă ţin drept. Mă simt, într-un fel, ca şi cum aş fi murit deja. Nu vreau nimic, mă simt un nimic. Viaţa mea se învârte în jurul golului şi al lipsei. Nu am dreptul să fac greşeli. Sunt foarte **auster** în viaţa de zi cu zi. Este posibil să fi încălcat anumite legi şi acum să simt culpabilitate şi remuşcări ?

Poate vreau să mă agăţ de imagine pe care o ofer în exterior, pentru a mă respecta, într-un mod superficial. Aş vrea atât de mult ca cineva să mă **însoţească** în ceea ce trăiesc. Dacă observ şi analizez care parte a scheletului este afectată, voi avea o mai bună informare cu privire la aspectul afectat din viaţa mea. În ce aspect din viaţa mea sau în faţa cui am impresia că trebuie să mă aplec? Mă revolt împotriva unor reguli ale societăţii şi aş vrea să mă sustrag legilor. Dacă **îmi rup un os,** este bine să mă întreb ce anume s-a "spart" în viaţa mea. Mă opun atât de mult faţă de ceva încât trebuie să îmi rup un os pentru a **conştientiza** acest lucru. O afecţiune a **oaselor** indică faptul că, uneori am impresia că sunt destructurat. Corpul meu îmi transmite un S.O.S.

Accept↓♥ să fiu mai flexibil faţă de mine însumi şi să nu mă mai supun inutil unor presiuni. Îmi acord timp pentru a mă interioriza şi, la nevoie, cer ajutor celorlalţi pentru a putea vedea mai clar deciziile pe care le am de luat. Am încredere în faptul că toate sunt la locul lor şi eu sunt îndrumat îndeaproape. La fel ca un arhitect, pot şi eu să îmi construiesc viaţa, cu toate elementele pe care le vreau.

767. OASE — ACROMEGALIE

Acromegalia se caracterizează printr-o creştere exagerată a **oaselor** extremităţilor şi ale feţei. Hormonal de creştere este secretat într-o cantitate mult peste cea normală. Dacă am o astfel de afecţiune, mă întreb în ce situaţie m-am simţit prea mic pentru a realiza un proiect. Sau unde m-am simţit prea mic, prea neînsemnat pentru a-mi ocupa locul cuvenit şi a fi respectat ? Răspunsul corpului meu a fost să crească peste măsură pentru a mă ajuta să îmi ocup mai uşor locul. Îi mulţumesc ! Voiam să impresionez, să arăt că eu sunt cel mai puternic. Poate m-am simţit abandonat de unul dintre părinţii mei şi angoasa de a fi rănit mă face să fiu distant faţă de oamenii din jurul meu. Deşi pot avea impresia că, corpul meu ocupă mult loc, încerc prin toate mijloacele să rămând departe de viaţa din jurul meu. Lumea mi se pare rece şi am nevoie de un colac de salvare. "Care este persoana sau instituţia care s-ar putea ocupa de mine şi astfel să nu mai am nevoie să îmi fac griji pentru viitor ?" Mă îndoiesc de puterea mea şi caut adevărul. Compensez devenind dependent de o substanţă, de bani, de mâncare etc.

Accept↓♥ să îmi restabilesc obiectivele pe care mi le-am fixat şi pe care societatea mi le-a impus. Creşterea mea fizică fiind mare, este momentul ca acum să cresc şi pe plan emoţional şi personal. Am încredere în viaţă şi decid să investesc în viaţa mea. Noua mea structură mentală include acum respectul faţă de mine, emoţiile mele şi diferenţele mele.

768. OASE (boală a oaselor) *Vezi: ANEXA IV*

769. OASE (cancer la...) Vezi şi: CANCER [ÎN GENERAL]

Dacă sufăr de **cancer la oase,** este posibil să trăiesc un conflict foarte puternic în care am impresia că eu nu valorez nimic, că nu sunt bun de nimic. Am impresia că nu am nicio valoare și sunt plin de emoții: le păstrez în interiorul meu pe cele care **îmi pătrund până la oase.** Un alt mod de a le exprima este faptul că trăiesc un profund sentiment de devalorizare. Trăiesc în propriul meu sacrificiu. Este posibil să trăiesc o situație în care principiile mele și fndamentele mele sunt dărâmate sau puse sub semnul întrebării. Este vorba despre o situație care m-a luat prin surprindere și mă simt trădat. Și pentru că mă simt constrâns de ceea ce se întâmplă în jurul meu, mă revolt.

Accept↓♥ să îmi recunosc calitățile. Devenind mai deschis și mai flexibil voi reuși să mă poziționez mai bine în situațiile neașteptate și mai puțin "convenționale". Învățând să exprim ceea ce simt, emoțiile pe care uneori le simt foarte puternic, mă voi putea vindeca și **oasele** se vor regenera astfel.

770. OASE (cancer la oase...) — SARCOMUL LUI EWING[61] *Vezi și: CANCER [ÎN GENERAL]*

Este o formă a **cancerului de oase**, cu probabilitate mai mare de apariție între vârsta de 10-15 ani, chiar dacă este o formă foarte rară. Fiind o formă de cancer care afectează oasele picioarelor, acest lucru înseamnă că există o frică puternică de a avansa în viață. Îmi este teamă că nu am tot ceea ce îmi trebuie pentru a "înfrunta" viața. Corpul meu țipă de durere în fața nesiguranței din interiorul meu. Cred că nu sunt capabil să mă integrez în lumea adulților.

Accept↓♥ să am încredere în viață, știind că aceasta îmi va oferi ocaziile de care am nevoie pentru a trăi în societate.

771. OASE — DIFORMITATE

Oasele se pot deforma din cauza presiunii la care mă expun sau pe care am impresia că trebuie să o suport. Sunt mai rigid pe plan mental și acest lucru se manifestă prin furie. **Diformitatea** exprimă ceea ce nu am putut striga sus și tare. Este posibil să trăiesc o situație familială care îmi afectează sensibilitatea și aș vrea să păstrez armonia, dar acest lucru îmi cere un efort prea mare. Mă simt obligat să mă supun și corpul meu face la fel. Este important să observ unde se află diformitatea și să caut corespondența emoțională specifică fiecărei părți a corpului.

Accept↓♥ să fiu mai flexibil față de principiile mele de viață. Deschiderea mea de spirit mă va ajuta să apreciez diversele aspecte ale vieții și să descopăr faptul că **iubirea** poate exista în diverse forme.

772. OASE — DISLOCARE

Cuvântul **dislocare** înseamnă o "pierdere a locației", ca și cum aș ieși în afara circuitului sau aș merge în sens opus față de ceea ce se întâmplă. O **dislocare** este legată de un profund sentiment de **dezechilibru**. La nivelul articulației, **oasele** se deplasează și "ies" complet din locul lor. Dislocarea indică până în ce punct nu sunt sau nu simt că sunt în direcția cea bună. Deoarece **oasele** sunt legate de miezul ființei mele, de energia fundamentală, **dislocarea** indică o schimbare profundă a energiei, în adâncul ființei mele. Mai am încă locul meu în univers? Cine mă deranjează atât de mult încât mă simt confuz? Am ajuns într-o etapă din viața mea în care structurile sunt pe cale să se schimbe. Valorile mele se schimbă, vreau să îmi întăresc temeliile. Este posibil să mă simt total pe lângă direcția cea bună.

Verific și accept↓♥ concretizez **conștientizările** necesare, ceea ce mă va ajuta să mă depășesc și să vreau ceva nou în viața mea. **Dislocarea** este suficient de dureroasă pentru ca eu să **conștientizez** faptul că trebuie să mă schimb, pentru a nu o mai trăi din nou.

773. OASE — FRACTURĂ (... osoasă) *Vezi și: SPATE — FRACTURI ALE VERTEBRELOR*

Oasele reprezintă structura legilor și a principiilor lumii în care trăiesc. Când apare o **fractură**, aceasta indică faptul că trîiez un conflict interior puternic. Poate avea o legătură cu revolta sau cu reacțiile mele față de autoritate, de crae vreau să mă desprind. Mă simt limitat și vreau să ies din închisoarea mea. Am impresia că trebuie tot timpul să îmi dovedesc valoarea. Pentru că mă opun prea mult și sunt prea nerăbdător față de mine însumi și față de ceilalți, oasele mele nu mai suportă și se fracturează. **Fractura** îmi semnalizează faptul că nu mai pot continua astfel și este nevoie de o schimbare. Localizarea fracturii îmi oferă indicații despre natura conflictului meu. Dacă fractura se produce în timpul unui accident, trebuie să descopăr ce culpabilitate trăiesc, față de acea situație. De ce sunt atât de sever cu mine însumi, încât ajung să îmi fracturez un os? Oasele reprezintă, de asemenea, susținerea, stabilitatea și o fractură poate fi un avertisment legat de ideea că trebuie să mă separ de trecutul meu să renunț la el, să devin flexibil pentru a evita un stres inutil și pentru a trece la o altă etapă din evoluția mea. Se impune o ruptură și o re-evaluare. Poate fi vorba despre o relație pe plan afectiv sau profesional. Sau este nevoie să mă separ de o ideologie, de un mod de a face lucrurile sau de a gândi, care nu îmi mai convine. Obligațiile mele față de mine însumi sau față de societate mă determină să cer o anumită perfecțiune, în așa fel încât devin rigid? Mi-am concentrat atenția prea mult pe aspectele fizice, în detrimentul celor spirituale din viața mea? O fractură a craniului indică faptul că trăiesc o situație în care mă stresez tot timpul, o situație care pare fără ieșire. Mă simt prins și frustrat. Îmi vine să "mă dau cu capul de pereți!" Pentru a-mi regăsi această libertate interioară, **conștientizez** ceea ce mă deranjează.

Accept↓♥ să mă iubesc suficient de mult pentru a exprima ceea ce simt. Regăsindu-mi libertatea interioară, îmi regăsesc libertatea de mișcare. Eu decid ce se întâmplă în viața mea. Devin centrat pe mine însumi și pe potențialul meu nelimitat.

774. OASE — OSTEOMIELITĂ

---

[61] **Ewing** (James): medic histolog american (1866-1943). S-a consacrat histologiei tumorilor și numele său se leagă de sarcomul oaselor lungi.

Osteomielita este o infecție a **oaselor** și a măduvei **oaselor**, care afectează de obicei o zonă situată în apropierea unei articulații și apare mai ales la copii sau la adolescenți.

Osteomielita apare mai ales la oasele lungi, precum tibia, femurul, humerus. Energia cuprinsă în **oasele** mele se manifestă prin articulații. O infecție implică o iritare provocată de o slăbiciune interioară. Trăiesc furie și frustrare față de o autoritate și față de felul în care este structurată viața, de "înregimentarea" ei. Sau pot avea impresia că nu sunt suficient de susținut sau de **sprijinit**, mai ales de tatăl meu. Îl consider indiferent și voi adopta și eu, la rândul meu, același comportament. Sunt tot timpul cu garda ridicată. Nu am încredere în mine și în cei din jurul meu, ceea ce induce o anumită pasivitate. Compensez prin control și, uneori, prin dictatură.

Accept↓♥ să învăț să am încredere, să mă relaxez și să accept↓♥ că universul va avea grijă de mine. Infecția nu face decât să scoată la lumină anumite conflicte pe care le trăiesc în prezent. Dacă **osteomielita** provine dintr-o rană anterioară, este posibil ca, cauzele originale ale acelei răni să nu fi fost încă tratate.

775. OASE — OSTEOPOROZĂ

Osteoporoza implică o pierdere a tramei proteice a osului, care devine poros. Implică o pierdere în sensul dorinței de a "fi", o pierdere a interesului și a motivației de a fi "aici" în propria ființă. "Nu mai sunt cine eram înainte". Trăiesc o stare de descurajare. Sunt **singur** și obosit pentru că trebuie tot timpul să mă lupt împotriva autorității sau a legilor umane. **Osteoporoza** poate apărea frecvent la femei, după menopauză. Deoarece oasele sunt cele afectate, adică structurile și credințele mele fundamentale, mă pot întreba care sunt credințele de care mă agăț și pe care poate ar trebui să le schimb, deoarece, acum, nu mai pot avea copii. Pot însă să mai fiu "utilă" și "productivă", nu în ceea ce privește reproducerea, ci pe alte planuri (personal, social, profesional) și toate acestea pot fi la fel de valorizante și mă pot ajuta să mă împlinesc. Există o mulțime de lucruri pe care nu mai îndrăznesc să le fac, crezând că nu se potrivesc "la vârsta mea". Trebuie să depășesc această tendință de a mă devaloriza, crezând că sunt inutilă, nu sunt "bună de nimic". Îmi pierd identitatea feminină, mă consider mai puțin atrăgătoare decât înainte. Deoarece nu pot rămâne tânără, vreau să mă sting treptat, fără să las urme. Mă critic tot timpul și îi critic pe ceilalți și mă împiedic să-mi trăiesc din plin viața. Culpabilitatea pe care o trăiesc poate proveni din credințele mele religioase. Îmi privesc viața și pot avea impresia că am ratat-o. Uneori mă cuprinde un sentiment de **dezolare**. Am senzația că viața mea este în descompunere. Nu știu cum să îmi organizez viața, care se schimbă prea repede. Îmi lipsește curajul. Am impresia că mi se apropie moartea, gândurile mele negative îmi diminuează energia creativă.

Accept↓♥ să îmi schimb felul în care văd viața și să am mai multă toleranță față de mine însumi. Privesc toate realizările frumoase pe care le-am făcut. Accept↓♥ faptul că am atins o nouă etapă și pot schimba aceste structure care mi-au controlat viața. Privesc spre viitor, analizez ceea ce iubesc cu adevărat și mă angajez în proiecte noi. Îmi depășesc **timiditatea**. Am nevoie să am încredere în viață și să îmi găsesc noi resurse de motivație. De acum înainte, sunt stăpânul vieții mele!

776. OBEZITATE *Vezi: GREUTATE [EXCES DE...]*

777. OBICEIURI *Vezi: DEPENDENȚĂ*

778. OBOSEALĂ (în general)

Oboseala îmi dă impresia că sunt plat. Mă simt gol pe interior. Sursa oboselii se află în lipsa de iubire față de viața pe care o duc. Unde a dispărut motivația mea? Neliniștile mele, fricile, suferințele și rănile mele interioare mă fac să lupt, să mă opun, să refuz anumite situații. În loc să îmi centrez energia pentru a căuta punctul comun dificultăților mele, mă împrăștii în prea multe direcții în același timp. Sunt disperat și nu găsesc o soluție. Trăiesc o stare de slăbiciune față de viață, o oboseală interioară deoarece trebuie să mă zbat pentru a continua să avansez. Poate apărea și o stare de depresie. Mă simt **abătut**. Am un sentiment de incompetență, de lipsă, de dezinteres și chiar de **impotență.** Nu mai știu cum să mă orientez în viață, mi-am pierdut pofta de a trăi. Mă **plictisesc**, trăiesc în întuneric. Pot să îmi pun unele întrebări cu privire la absurdul vieții. Am o mulțime de semne de întrebare și nimeni nu mă ajută să găsesc răspunsurile. Este posibil să fi avut dificultăți cu modelele oferite de părinții mei. Dacă am avut o mamă prea masculină sau un tată prea feminin, este posibil ca atunci când eram copil să fi consumat multă energie pentru a înțelege cu cine trebuie să semăn. Oricare ar fi cauza **oboselii** mele, trăiesc o slăbiciune atât morală cât și fizică.

Accept↓♥ faptul că am nevoie de un timp de odihnă, pentru a îmi reface plinul de energie. Încetez să mă mai agăț de trecut și accept↓♥ să trăiesc momentul prezent, deoarece fiecare moment îmi aduce energia de care am nevoie. Făcând lucrurile de care am nevoie și care îmi plac în mod deosebit, energai va reveni în mod natural!

779. OBOSEALĂ CRONICĂ (sindromul de...) SAU ENCEFALOMIELITĂ MIALGICĂ *Vezi și: CRONICĂ [BOALĂ...], FIBROMIALGIE*

Sindromul de oboseală cronică sau ENCEFALOMIELITA MIALGICĂ poate surveni în urma unui atac viral și poate dura mai mulți ani. De asemenea, este posibil să apară deoarece sistemul meu de apărare naturală a corpului, sistemul imunitar, este slăbit. Sau este posibil ca pe plan psihic să fiu afectat de o depresie, de stres, de demotivare, de surmenaj etc. Pe plan mental sunt epuizat și acest lucru se reflectă în instabilitatea mea emoțională. Îmi consum toată energia pentru a-mi plânge de milă. Aș vrea atât de mult să fiu recunoscut și admirat de cceilalți. Totuși, este greu să obțin acest lucru, deoarece îmi creez o altă personalitate pentru a răspunde dorințelor celorlalți și adevărata mea identitate este lăsată deoparte. Nu îmi prevăd un viitor prea frumos. Pe plan fizic, sufăr de dureri de cap și forța mea musculară se stinge treptat. Cel mai mic efort îmi provoacă o **oboseală** intensă. Mi-am pierdut pofta de viață. Unde au dispărut visele şi ambiţiile mele? A trebuie să le sacrific cu preţul reuşitei şi al performanţei pe care societatea le cere de la mine sau pe care mi le-am impus singur. Sunt **intransigent**, vreau să mă descurc singur şi evit să cer ajutor celorlalţi. Totuşi, vreau atât de mult să reuşesc în tot ceea ce fac! Îmi este foarte frică de eşec, de viaţă şi de responsabilităţi. Mă simt incapabil să răspund aşteptărilor celorlalţi de la mine. Am impresia că am ajuns atât de jos încât nu voi mai putea urca din nou. Această afecţiune poate apăra şi ca urmare a unui eveniment, precum un accident în care am supravieţuit, în timp ce ceilalţi au murit. Culpabilitatea legată de supravieţuirea mea ("de ce eu şi nu ceilalţi?") poate fi atât de mare încât îmi consumă toată energia. De fapt, boala mă ajută să mă retrag în mine, este scuza mea pentru a nu acţiona şi poate fi un mijloc de a primi mai multă atenţie. Astfel mă simt mai în siguranţă cu această boală decât să mă "confrunt" cu viaţa. Ce anume trăiam în momentul atacului viral? Luasem hotărârea să îmi părăsesc căminul? Am trăit o situaţie de deces, o ruptură, o respingere? **Conştientizez** faptul că toate acestea au legătură cu **iubirea** mea pentru cei apropiaţi sau **iubirea mea pentru mine.** Mă distrug dacă vreau tot timpul să îmi trăiesc viaţa cu mintea, când de fapt, ar trebui să trăiesc cu **inima** şi cu simţurile mele. Sunt prea **încăpăţânat** şi consum o energie imensă pentru a mă opune, când ar fi mult mai simplu să mă las purtat de curent. **Conştientizez** cât de uşor este pentru mine să mă denigrez, să mă umilesc, să mă compar negativ cu ceilalţi. Dacă continui să mă văd într-un mod negativ îmi voi diminua energia vitală şi mă voi autodistruge. Accept↓♥ să învăţ să mă iubesc mai mult. **Sunt persoana cea mai importantă din viaţa mea.** Învăţând să mă iubesc, voi face lucrurile pentru mine şi mă voi bucura de fiecare moment. Fac parte dintr-un univers în care reciprocitatea este lege. Mă iubesc: atrag astfel **iubirea** celorlalţi şi îi iubesc şi eu în schimb. Am încredere în universul care mă ajută să merg mai departe, în fiecare zi. Ascultându-mi vocea interioară, evit ocolurile inutile, care îmi consumă multă energie. Aş putea folosi energia economisită astfel pentru a face lucrurile care îmi plac şi care mă ajută să reintru în contact cu calităţile mele profunde şi care îmi redau pofta de viaţă.

Accept↓♥ că orice situaţie este perfecta. Îmi înlocuiesc toate obligaţiile cu alegeri pe care le fac în viaţă. Astfel îmi voi crea în mod liber viitorul.

780. OBRAZ (a-şi roade interiorul obrazului...) *Vezi: GURĂ [AFECŢIUNI ALE...]*

781. OBSESIE

Obsesia este o boală a gândirii. Atunci când sunt obsedat de ceva sau de cineva, întreaga mea atenţie, toată energia mea este îndreptată spre obiectul obsesiei. Ideile revin într-un mod repetitiv şi ameninţător. Totuşi sunt conştient de caracterul iraţional al acestor idei. Nu mai contează nimic altceva, decât ele.

Dacă am o personalitate obsesională, există şanse mari să fiu o persoană plină de îndoieli, care are multe dificultăţi în luarea deciziilor şi care trăieşte o ambiguitate iubire-ură, faţă de sine însuşi sau faţă de ceilalţi. Obsesiile pot îmbrăca forme foarte variate: o fobie faţă de ceva sau de cineva, "rumegări mentale" despre „ceea ce s-ar putea întâmpla..." sau nebunia îndoielii sau compulsia în a comite anumite acte, care pot fi fără consecinţe sau care pot fi foarte grave, chiar sinucigaşe, dar care aproape niciodată nu sunt transformate în acţiuni. În majoritatea timpului, am o angoasă faţă de "ceva ce s-ar putea întâmpla" din neglijenţă sau din greşeala mea şi trebuie evitat acel lucru. Cel mai important pentru mine este să îmi întreţin obsesia, chiar inconştient. Sistemul meu de gândire este paralizat. Sunt hrănit de obiectul obsesiei mele. Astfel îmi umplu un gol interior şi o mare nesiguranţă. Trăiesc o tensiune interioară, o nelinişte care ajunge până la obsesie. Este momentul pentru mine să găsesc un punct de interes în viaţa mea, care să îmi ofere mai multă linişte şi pace interioară. Astfel voi putea profita mai mult de ceea ce îmi oferă viaţa. Dacă sunt o persoană obsedată, mă critic şi mă judec foarte sever. Mă panichez când mă gândesc la ceea ce se va întâmpla în viitor, dar de multe ori, teama mea este nefondată. Această angoasă mă împiedică să trăiesc din plin, să evoluez. Mă oblig să rămân în zona mea de confort şi ezit să îmi fac proiecte, să am vise, deoarece am decis dinainte că se va întâmpla ceva negativ şi dorinţele mele nu se vor împlini. Ştiu că am ajuns la o etapă din viaţa mea în care trebuie să las la o parte lucrurile sau persoanele care nu îmi convin. Trebuie să renunţ la ceea ce este negativ pentru mine, dar în loc de aceasta, mă agăţ deoarece îmi este frică de nescunoscut.

Decid începând de astăzi să devin stăpân pe viaţa mea. Privesc într-un mod obiectiv toate lucrurile frumoase care mi se întâmplă şi accept↓♥ faptul că viaţa vrea doar ceea ce este mai bun pentru mine. Merit acest lucru şi am încredere în mine. Eliberându-mă de tot ceea ce nu mai are sens să existe în viaţa mea, mă apropii tot mai mult de esenţa mea divină. Astfel mă reconectez la forţa mea şi la siguranţa mea interioară. Nu mai am de ce să fiu obsedat, trebuie doar să am încredere în vocea mea interioară, care mă îndrumă întotdeauna spre ceea ce este mai bun pentru mine.

782. OCHI *Vezi: OCHI [ÎN GENERAL]*

783. OCHI (ÎN GENERAL)

Ochii mei reprezintă oglinda **sufletului**. Mă ajută să văd în exterior şi, prin ei, îmi exprim toate emoţiile interioare. În funcţie de profunzimea loc, este posibil să îmi descopăr raporturile cu lumea exterioară. Funcţionarea **ochilor mei** reflectă felul în care văd viaţa şi relaţia mea cu aceasta. Reprezintă, de asemenea, faptul de a vedea clar în propria mea viaţă şi în interiorul meu. Reflectă viziunea mea asupra lucrurilor. Indică felul în care datele din exterior sunt transmise în interiorul meu. **Ochii** mei reacţionează puternic atunci când există o interferenţă, o respingere, o rezistenţă faţă de informaţiile care sunt în contact cu ei. Dacă am o dificultate de a vedea clar într-o situaţie, dacă adevărul pare ascuns, **ochii** mei sunt înceţoşaţi. Dacă mă deranjează ceea ce văd, înţelegerea mea este incompletă şi **ochii** mei reacţionează. **Ochii** sunt afectaţi şi atunci când am o dificultate de a mă raporta la adevăr, la realitate şi la viitor. Fiecare **ochi** reprezintă un aspect particular al fiinţei mele. **Ochiul stâng** simbolizează aspectul interior, emoţional şi intuitiv, latura mea feminină şi relaţia cu mama mea. El este punctul meu de control, care mă ajută să stau la pândă în faţa a tot ceea ce ar putea constitui un pericol şi să reacţionez imediat. O problemă la **ochiul stâng** indică cât de ataşat sunt de ceva sau de cineva. Nu am încredere în cine sunt cu adevărat şi poate vreau să ascund ceea ce văd. Vreau să mă simt în siguranţă şi prefer să mă sprijin pe ceilalţi, sunt dependent la nivel emoţional. Am impresia că nu îmi pot controla emoţiile, care nu cer decât să se exteriorizeze! **Ochiul drept**, are o viziune raţională asupra universului şi a situaţiilor din exterior. Este ochiul recunoaşterii, care mă ajută să îmi şlefuiesc identitatea. Face referire la latura mea masculină, la relaţia cu tatăl meu. Dacă **ochiul meu drept** este afectat de o anumită problemă, acest lucru înseamnă că este nevoie să îmi găsesc rădăcinile şi să intru în contact cu propria mea identitate. Trebuie să fiu propriul meu stâlp de susţinere. Nu mai am nevoie să mă agăţ de cineva, să mă simt neputincios. Găsesc o modalitate de a mă responsabiliza, de a deveni stăpân pe viaţa mea. Minciunile îmi înceţoşează ochiul. **Problemele la ochi** indică faptul că există lucruri pe care refuz să le văd şi care îmi pun sub semnul întrebării principiile mele fundamentale şi noţiunile mele de justiţie. Este foarte important de menţionat faptul că, calitatea imaginilor care sunt trimise la creier de către retină, depinde de felul în care reacţionează sistemul meu nervos faţă de aceste imagini transmise prin impulsuri nervoase: pe lângă imaginea fizică, reală, există toată această "colorare" cu care impregnez fiecare imagine, ţinând cont de toate experienţele mele trecute şi de bagajul meu emoţional personal, familial sau social. Pe lângă vederea exterioară, există o altă vedere, care este strâns legată de aceasta, **perceţia mea interioară**. Pot avea o afecţiune la ochi, fără să am impresia că am trăit un traumatism sau o situaţie stresantă: este vorba, mai degrabă de a vedea până unde am acceptat↓♥ o situaţie pe care am văzut-o, atât pe plan exterior, cât şi interior. Stresul trăit este legat mai mult de emoţia mea faţă de ceea ce văd, decât de evenimentul în sine.

Accept↓♥ să trăiesc o viaţă veselă, plină de bucurie. Îmi întăresc structurile având încredere în înţelepciunea mea interioară. Prin deschiderea celui de-al treilea ochi (chakra) pot avea o viziune corectă asupra mea, asupra lucrurilor, a oamenilor, a situaţiilor şi pot avea un discernământ limpede. Dacă privesc în interiorul meu, înainte de a privi lumea, voia avea o nouă viziune de ansamblu şi o privire nouă asupra existenţei mele. Privirea mea va fi sinceră şi fără judecată.

784. OCHI (afecţiuni ale...)

Afecţiunile ochilor, printre care şi orbirea, reprezintă o modalitate de a mă închide faţă de ceea ceea ce văd. Aleg să ignor ceea ce se întâmplă în jurul meu, renunţ la impresiile vizuale care m-ar determina să mă analizez mai bine. În loc să accept↓♥ o realitate dureroasă, respingătoare sau confuză, prefer **să închid ochii.** Îmi deformez percepţia asupra oamenilor şi acest lucru mă ajută să fac faţă realităţii cotidiene. De exemplu, dacă "îmi văd copiii cum cresc, cât ai clipi" şi eu îmi imaginez, în mintea mea, că vor rămâne mici. Prefer să ***întrezăresc*** lucrurile, în loc să le văd clar, deoarece acest lucru m-ar deranja prea tare. Poate fi vorba despre un secret nedezvăluit sau o tăcere a mamaei mele, faţă de o situaţie, care mă afectează, chiar dacă inconştient. Decid, conştient,"să închid ochii". Îmi este greu să văd un pericol de care mi-e teamă. **Orbirea** poate fi provocată şi de diabet (a se vedea şi referirile la această boală) sau de acumularea unor lucruri pe care refuz să le accept↓♥, care mă fac să mă simt confuz şi să am sentimentul că nu mai ştiu încotro să merg. Adeseori, atunci când sunt rănit în urma unui şoc, un traumatism sau o frică foarte puternică, vederea mea se pierde, la fel şi energia organelor vizuale. Astfel, păstrez în întuneric unele amintiri şi emoţii, pe care prefer să le ascund. Sau poate fi vorba despre frica de a pierde pe cineva sau ceva, foarte drag. Sunt ***speriat*** şi prefer să nu văd ce se întâmplă cu mine. Totuşi, este posibil ca, întunericul din exterior să producă o deschidere interioară, un univers intim, secret şi colorat. Mă deschid mai mult spre spiritul meu interior. Este posibil să-mi afectez ochii, prin propria me atitudine negativă. Dacă îi folosesc pentru a-i abuza pe ceilalţi, pentru a-i manipula sau a-i seduce, într-un scop egoist şi pentru a-i controla, **ochii** mei lasă să se vadă această realitate şi sunt mai greoi, mai întunecoşi. **Ochii roşii** exprimă oboseala mea interioară din cauza luptei împotriva emoţiilor mele, pe care le refulez. **Ochii usturā** atunci când sunt iritat din cauza a ceea ce văd sau trăiesc. Caut tot timpul cu ochii lucruri sau persoane pe care vreau să le "dobândesc". **Ochii uscaţi** indică faptul că trăiesc o situaţie în care îmi pierd sau mi-am pierdut demnitatea şi vreau să rămân impasibil. Este ca şi cum ochii mei s-ar fixa undeva şi nu ar mai fi lubrifiaţi. Nu îmi dau voie să plâng în faţa oamenilor. **Pungile de sub ochi** indică faptul că mă aflu într-o situaţie, în care am prins pe cineva în flagrant delict su eu însumi am fost surprins şi îmi este teamă că ceva va ieşi lumina zilei... Poate fi vorba despre acte, dar şi despre gânduri, secrete, pe care nu vreau să le divulg. O problemă de vedere (astigmatism, miopie, prezbitism) poate indica faptul că încerc să caut, într-un mod exagerat, răspunsuri în exterior, în loc să le caut în interiorul meu. Cu cât voi căuta mai mult în exterior, cu atât mă voi îndepărta mai mult de esenţa mea interioară. O **vedere neclară** (cataractă, glaucom) denotă faptul că viziunea mea asupra realităţii este contrară a ceea ce văd. Acest lucru indică faptul că îmi este greu să mă concentrez pe esenţial, că refuz ceea ce văd. Am o privire ***piezişă*** dacă nu vreau să fiu remarcat sau pur şi simplu, vreau să nu văd clar ceea ce se întâmplă în jurul meu. **Conştientizez** faptul că am nevoie de **ochelari** pentru a-mi corecta vederea, iar ochelarii îmi conferă o modalitate de a mă proteja de agresiunile exterioare. În timp ce pot împiedica intruşii să intre în universul meu, mă pot ascunde în spatele ochelarilor, evitând astfel să îmi arăt adevărata faţă. Dacă am **o sensibilitate excesivă faţă de lumină**, înseamnă că îmi percep viaţa în negru şi nu văd decât partea întunecată a fiinţei mele. Un **ochi vânăt** exprimă exteriorizarea violenţei mele interioare. Atitudinea mea negativă a atras pe cineva sau ceva ce m-a lovit, aşa cum aş fi vrut şi eu să o fac. Dacă globii oculari ies din orbită (**exoftalmie**) înseamnă că sunt tot timpul în alertă, la pândă. Există o distorsiune între ceea ce văd şi realitate, ceea ce îmi provoacă un stres imens. Într-o situaţie în care mă simt în pericol şi am tendinţe spre paranoia, globii oculari sunt ieşiţi în afară, pentru a vedea mai bine în jurul meu.

Accept↓♥ frumuseţea din jurul meu şi îmi acord timp pentru a o contempla. Îmi îndrept **ochii** spre ceea ce este frumos în jurul meu şi în interiorul meu.

785. OCHI (afecţiuni ale copiilor)

O problemă la ochi, în cazul **unui copil mic** reflectă un stres legat de familia lui, un refuz de a vedea ceea ce se întâmplă. Dacă sunt acel copil, văd sau resimt toată tristeţea şi durerea părinţilor mei şi prefer să îmi ascund ochii, pentru a nu mai vedea. În cazul în care problema apare la şcoală, este vorba despre anxietatea faţă de necunoscut, nu ştiu încotro să mă îndrept. Vreau să fug de cei din jurul meu. **O problemă la ochi** care survine **în adolescenţă** poate însemna o frică faţă de sexualitate. În cazul în care sunt părinte, este important să îl încurajez pe copilul meu să îşi comunice fricile, pentru a-l linişti şi a-l ajuta să le depăşească.

786. OCHI — ASTIGMATISM

Astigmatismul este un defect al curburii corneei sau a cristalinului. Curbura verticală a corneei este mai accentuată decât cea orizontală sau invers. Este ca şi cum aş vedea printr-o oglindă care deformează. Această afecţiune denotă, în general, o frică de a mă privi în faţă, aşa cum sunt. O **proastă coordonare a ochilor** poate însemna faptul că felul meu de a acţiona şi gândurile mele sunt în dezacord cu cei din jurul meu, producând astfel conflicte interioare. Vreau să îmi creez o realitate diferită şi încerc să mă eliberez de influenţa părinţilor mei sau a altcuiva, influenţă, pe care o consider abuzivă. Fiind de multe ori confruntaţi cu furia sau cu fricile mele din copilărie, ochii mei au păstrat o expresie de spaimă şi muşchii din jurul lor au rămas în permanent stare de şoc. Ochii mei sunt iritaţi şi ceea ce văd în interiorul meu sau în exterior, mă irită. Viziunea mea asupra unei lumi ideale este foarte departe de realitate şi prefer să nu văd şi să nu îi cunosc toate detaliile. Dacă, de exemplu, mi-am idealizat tatăl şi îmi dau seama că realitatea este cu totul alta, refuz să fiu ca el. Am o atitudine care spune "o să mă descurc singur". Simt dispreţ faţă de mine însumi şi faţă de ceilalţi. Le atribui oamenilor etichete, foarte uşor. Acest lucru face dificile relaţiile mele cu ceilalţi, mai ales cu partenerul meu, deoarece păstrez o distanţă faţă de el. Mă simt umilit. Vreau să păstrez totul în mine, să nu las să se vadă suferinţa mea interioară. Prefer să îndur totul, chiar dacă este foarte greu şi trebuie să deformez realitatea pentru ca aceasta să fie suportabilă. Vreau să trec sub tăcere cicatricile emoţionale pe care le port. **Astigmatismul** poate fi, de asemenea, rezultatul unei curiozităţi mari. Nevoia mea nestăvilită de a vedea totul, mi-a "uzat" ochii. Corpul meu îmi spune să îmi acord timpul necesar pentru a aprecia lucrurile. Acest lucru poate înseamna faptul că ar fi bine să recunosc adevărata frumuseţe din mine, fiinţa minunată care sunt.

Accept↓♥ faptul că sunt capabil să îmi asum din plin ceea ce sunt, să fiu în contact cu sentimentele mele profunde. Accept↓♥ **iubirea** fiind deschis faţă de mine însumi şi îmi manifest această iubire şi faţă de ceilalţi. Vreau să văd adevărul, fiind capabil să primesc într-un mod ordonat mesjele trimise e vocea mea interioară. Astfel voi putea să îmi analizez viaţa, într-un mod mai limpede.

787. OCHI — CATARACTĂ

Cataracta este o boală în care cristalinul (lentila biconvexă a ochilului) devine treptat opacă astfel încât vederea se deformează, ceea ce poate duce la orbire. Această formă de incapacitate fizică apare în momentul în care nu mai vreau să văd, interior, ceea ce se întâmplă sub ochii mei, ceea ce se va întâmpla sau ceea ce îmi poate influenţa viaţa şi deciziile, pe care le am de luat. Ceea ce trăiesc sau ceea ce văd pentru viitor, mă face să spun: "Nu-mi vine a crede ochilor !" Aş vrea atât de mult ca lucrurile să rămână aşa cum sunt acum ! Vederea mea se strică, deoarece energia nu mai ajunge la ochi. Se întunecă şi se şterge; văd viitorul cu un ochi întunecat şi acoperit, fără bucurie şi fără veselia inimii♥. Este posibil să am o atitudine egocentristă şi să vreau să văd viaţa doar aşa cum vreau eu, fără să ţin cont de realitatea celorlalţi. Refuz să văd anumite evenimente sau persoane, într-un mod mai transparent. **Cataracta** mă îndepărteazaă de prezent, mă retrage din **universul** înconjurător. Acest lucru îmi displace, în unele aspecte şi trebuie să **conştientizez** aspectele interioare şi exterioare ale lucrurilor. Există un pericol constant. Mă simt izolat, singur în colţul meu de lume. Am nevoie de ceilalţi, aş vrea să pot să-mi trăiesc emoţiile în prezenţa celorlalţi, dar îmi este teamă de reacţiile lor.

Dacă le "acopăr" feţele, pot pune astfel o distanţă între mine şi ei şi mă simt mai protejat. Este interesant de notat că, **cataracta** este o membrană opacă, care împiedică razele de lumină să ajungă la retină. Pentru că soarele simbolizează tatăl, mă întreb dacă îmi este teamă de el şi dacă simt nevoia de a mă proteja. Oare mă tem de pivirea Tatălul ceresc, a lui Dumnezeu, care este cel care va pronunţa judecata de apoi ? **Cataracta** apare, de obicei, spre sfârşitul vieţii, în momentul în care apare teama de a îmbătrâni şi de a deveni neputincios. Am impresia că se închid nişte uşi înaintea mea. Folosesc **cataracta** ca mijloc de protecţie, deoarece "nu vreau să văd imaginea mea în viitor, dacă aceasta nu există şi de teamă că nu îmi va plăcea prea mult". Refuz să văd ceea ce se întâmplă sau se va întâmpla şi vreau să împiedic sau să încetinesc evenimentul sau "agresiunea" de a mă apropia de el, deoarece mi se pare inevitabil. Dacă am copii, îi consider "ingraţi" faţă de o anumită situaţie. Fiind rigid, acest lucru mă împiedică să văd "cealaltă faţă a medaliei". Nemaifiind capabil să văd ceea ce se întâmplă în prezent, mă forţez să îmi reamintesc trecutul, pe care îl consider "timpul frumos de altădată" de care nu vreau să mă despart. Îmi pierd flexibilitatea de spirit şi de acţiune, devin mai puţin tolerant şi uit adeseori evenimentele care mi s-au întâmplat recent. Nu vreau să întrezăresc viitorul, care mi se pare prea întunecat (**cataracta** afectează mult populaţia din ţările în curs de dezvoltare). Nu îmi mai pot folosi imaginaţia pentru a vedea viitorul; este ca şi cum **ochii** mei ar fi tot timpul plini de emoţii care îmi acoperă vederea. Totuşi, pot ridica acest văl care mă împiedică să văd adevărata realitate, concentrându-mi atenţia pe **lumina** mea interioară. Acest lucru se poate întâmpla, mai ales dacă sunt mai tânăr şi sunt afectat de **cataractă:** pot decide că viaţa se va ocupa să îmi ofere toate lucrurile de care am nevoie, pe plan fizic, emoţional şi spiritual.

Accept↓♥ să fac un efort pentru a privi în interiorul meu şi a vedea **lumina** şi frumuseţea din jurul meu. Aşa voi trăi din plin !

788. OCHI — CEARCĂNE

Ochii marcaţi puternic de cearcăne sunt în general semnul oboselii. O alergie, rezultată din dependenţa faţă de un produs, poate fi de asemenea cauza cearcănelor. Poate fi vorba şi despre o anemie, ceea ce indică o lipsă de fier. În acest caz, mă simt limitat în viaţa mea, care este ştearsă. Mă simt spionat, încolţit, ameninţat chiar şi nu ştiu cum să ies din această situaţie.

Accept↓♥ să fiu mai independent şi faptul că, fericirea mea depinde doar de mine. Aprobarea celorlalţi devine astfel un plus şi nu o condiţie pentru starea mea de bine.

789. OCHI — CHERATITA Vezi şi: INFLAMAŢIE, ULCER

Cheratita este o inflamaţie a corneei, însoţită de dureri destul de mari şi poate apărea sub forma unui ulcer. Apare atunci când trăiesc o suferinţă şi o neputinţă faţă de ceva sau cineva, pe care îl văd şi care mă înfurie. Ajung într-o stare în care aş fi capabil să lovesc pe cineva fizic sau în sens figurat, ajung să îmi doresc ca acea persoană sau acea situaţie să fie "lovită de nefericire", pentru a obţine astfel un soi de satisfacţie. Cheratita poate fi provocată şi de un sentiment de gelozie. Sau dacă vreau să mă ascund de ceva sau de cineva, pentru a nu fi văzut sau dacă vreau să ascund ceva din exterior. Mă pot regăsi într-o situaţie în care pierd contactul vizual cu cineva şi mi se impune să văd pe altcineva sau altceva. **Corneea** simbolizând "fereastra" ochiului, vreau să o fac opacă, pentru a fi ca un zid, care mă protejează.

Accept↓♥ mesajul pe care mi-l transmite corpul meu, acela că, trebuie **să învăţ să văd viaţa cu alţi ochi, cu o atitudine nouă, plină de deschidere şi de înţelegere.** Pot vedea lucruri care nu mă privesc, care nu îmi convin şi trebuie să mă detaşez de ceea ce văd. Trebuie să învăţ să renunţ la controlul pe care vreau să îl exercit asupra celorlalţi, asupra lucrurilor sau a situaţiilor din jurul meu, asupra cărora nu am nicio putere.

790. OCHI — COMOŢIA RETINIANĂ *Vezi şi: CREIER — COMOŢIE*

Pe plan fizic, o **comoţie** survine în urma unui şoc violent (direct sau indirect) asupra unei părţi a organismului meu şi este însoţită de leziuni ascunse, care necesită investigaţii mai profunde. În cazul unei **comoţii retiniene** mesajul transmis este că refuz să văd ceea ce "îmi sare în ochi" deoarece am o dificultate de a-mi schimba viziunea asupra lucrurilor, de a mă relaxa. Mă opun schimbării şi persist în situaţia actuală.

Accept↓♥ să las să plece vechile mele gânduri sau feluri de a vedea lucrurile şi fac loc noilor gânduri pe care le am. Începând de acum, îmi ascult intuiţia şi mă las îndrumat de ea şi de sentimentele mele. Mă simt mai liber şi mai senin.

791. OCHI — CONJUNCTIVITĂ

Conjunctivita este inflamaţia membranei transparente care acoperă interiorul pleoapei şi globule ocular. Există o legătură directă între conjunctivită şi ceea ce văd. Inconştient, **refuz să văd un eveniment sau o situaţie** cu care nu sunt de acord sau care mă răneşte. Felul meu de a vedea lucrurile este dureros, pentru că refuz să am o nouă înţelegere asupra unei situaţii sau referitor la punctul de vedere al celorlalţi. Nu sunt în stare să mă pun în locul celuilalt, de unde provine imposibilitatea mea de a ierta. Din această cauză simt frustrare, iritare şi revoltă. "Nu suport ceea ce văd ! Mă usturǎ ochii dacă văd aşa ceva !" Este ca şi cum ochii mei ar vrea să spele tot timpul murdăria pe care o văd într-o situaţie care mă enervează. Poate fi vorba despre ceva îngrozitor şi trebuie neapărat "să spăl onoarea familiei" să o feresc de orice judecată sau scandal. Rezultatul duce la o amorţire mentală şi la o eliberare emoţională, similară cu plânsul. Viaţa, bucuria de a trăi şi entuziasmul meu dispar. Amintirile mele îmi fac rău şi mă refugiez într-o lume ireală, ideală şi romantică. Mă opun vieţii pentru că realitatea este insuportabilă. Tristeţea şi disperarea mea mă fac să mă gândesc frecvent la moarte, pentru că vreau ca durerea să înceteze. Prefer să fiu orb pentru un anumit timp, deoarece ceea ce văd mă face să sufăr. Vreau să mă eliberez de influenţa pe care o am faţă de felul în care mă văd ceilalţi. Trăiesc o situaţie în care aş vrea să îmi folosesc privirea pentru a mă lega de o anumită persoană. De asemenea, o situaţie cu partenerul meu care stârneşte o posibilă separare, poate provoca o **conjunctivită**. Este momentul să mă opresc, **accept↓♥ să văd această situaţie, care mă deranjează şi analizez cauzele acesteia. Îmi** acord dreptul să plâng şi să îmi exteriorizez astfel suferinţa, disperarea. Sunt deschis şi receptiv, evit astfel să am din nou conjunctivită. Reiau contactul cu realitatea. Renunţ la trecut. Îmi iau viaţa în propriile mâini.

Îmi accept↓♥ suferinţa pentru ca aceasta să se transforme în pace interioară. Sunt conştient de toate posibilităţile care mi se oferă şi îmi creez viaţa aşa cum vreau.

792. OCHI — DALTONISM (non-perceperea culorilor)

A fi **daltonist** înseamnă să Vezi: lumea fără culoare, cenuşie şi monotonă. Se poate întâmpla să nu disting anumite culori sau să confund culorile (de obicei, roşul şi verdele). În acest caz, mă întreb în ce situaţie din viaţa mea am trăit un stres puternic, care avea legătură cu culoarea sau cu culorile pe care nu le pot distinge. De exemplu, dacă nu văd culoarea roşu, poate am fost în pericol de moarte, în copilărie, deoarece era să fiu lovit de un tren roşu. Roşul, fiind acum asociat cu un pericol de moarte, nu mai vreau, inconştient, să văd această culoare. Dacă nu pot distinge nicio culoare, este valabil acelaşi principiu. Există, de multe ori, o violenţă mare în viaţa mea; am fost tratat foarte dur, când eram copil şi vreau să mă deconectez de lume, nu mai am încredere în ceilalţi. Cadrul meu de viaţă nu mai este în armonie cu valorile mele. Poate cândva am decis să nu mai "visez în culori", pentru a nu mai fi dezamăgit şi a vedea viaţa *în gri;* astfel încetez să mai văd culorile din viaţa mea. Şi pentru că, visele noastre de astăzi creează realitatea de mâine, decid ca, începând de acum, să las culorile să facă parte din imaginaţia mea. Îmi imaginez rozul verdele sau albastrul. Asemenea unui pictor, eu creez amestecul culorilor. Absorb toate culorile lumii. Îmi las fantezia să zburde liber, îmi exprim bucuria de a trăi printr-o mie de posibilităţi.

Accept↓♥ faptul că am putere doar asupra mea şi deschid orizonturi noi, pentru a dobândi o nouă viziune asupra lucrurilor. Astfel voi putea vedea viaţa mea sub o nouă lumină, la fel şi lecţiile pe care le am de învăţat.

793. OCHI — DEZLIPIREA DE RETINĂ

Dezlipirea de retină este o afecţiune a ochiului cauzată de desprinderea retinei de restul peretelui ocular sub efectul pătrunderii de lichid subretinian. **Dezlipirea de retină** decurge dintr-o situaţie în care am văzut ceva ce s-a petrecut în faţa mea şi mi-a provocat un stres foarte puternic, chiar un şoc şi am ţinut ăn mine, poate inconştient, acest lucru. Am impresia că imaginea celui eveniment, pe care îl consider îngrozitor şi ***înspăimântător***, va rămâne impregnat în memoria mea pentru tot restul vieţii ! Nu mi-am putut "desprinde ochii" de la acea situaţie. Prima mare problemă la ochi apare de multe ori în copilărie, deoarece încă nu am reflexe formate, pentru a-mi proteja ochii atunci când văd ceva traumatizant. **Ochii** mei rămân "lipiţi" de ceea ce văd. Mai târziu, orice stres puternic, care afectează ochii, se poate transforma într-o **dezlipire de retină**. Ceea ce a rămas imprimat în mine, nu se poate "desprinde, dezlipi". În acest caz, îmi pot pune întrebarea dacă vreau, într-un anumit fel, să mă desprinde de lumea în care trăiesc. Mi-am pierdut încrederea în viaţă, în general şi nu mai vreau să mă implic, fiindcă nu am încredere în nimic. Îi resping pe cei din jurul meu, pentru că nu mai vreau să sufăr. Nu mai vreau "să îi ating cu privirea pe ceilalţi"... Mă feresc de toată lumea. Suferinţa mă face să mă retrag în mine însumi. Amintirile mele dureroase mă urmăresc peste tot. Mă simt deconectat de **lumină**. Trebuie să fac faţă acelei imagini, în loc să vreau să o ascund undeva într-un ungher sau să o neg. Pot cere ajutorul unui terapeut, pentru a găsi cauza care m-a determinat să văd acel eveniment traumatizant şi a identifica lecţia de viaţă pe care o am de asimilat. După încheierea acestui proces, voi evita alte situaţii în care aş putea să provoc o dezlipire de retină.

Accept↓♥ faptul că este posibil să-mi fi creat viaţa prin gândurile negative, faţă de mine şi de ceilalţi. Accept↓♥ să reiau contactul cu visele mele, cu aspiraţiile mele. Accept↓♥ să mă apropii de oameni, să împărtăşesc la nivelul inimii♥ experienţele mele, tot ceea ce am trăit. Fiind mai apropiat de emoţiile mele, mă apropii de esenţa mea divină şi ochii mei pot astfel să înceapă un proces de vindecare.

794. OCHI — DEGENERESCENŢĂ RETINIANĂ (maculară)

Degenerescenţa maculară este forma cea mai frecventă şi cea mai gravă de degenerescenţă retiniană. Aceasta constă într-o distrugere progresivă a maculei (zona centrală a retinei unde acuitatea vizuală este maximă). Apare mai frecvent la persoanele de peste 70 de ani. În acest caz, sunt confruntat cu situaţii din care nu există punct de întoarcere. De exemplu, atunci când văd o persoană iubită, în momentul în care îşi părăseşte corpul fizic. Mă simt neputincios faţă de durerea mea, deoarece nu am nicio putere asupra morţii, a mea sau a altcuiva. Această viziunea, pe care nu o suport, mă face să mă deconectez de lume: nu mai vreau să o văd. Mă întreb ce mai caut aici...

Accept↓♥ faptul că încă mai am un rol de jucat pe acest pământ. Prin prezenţa mea manifest **iubire** şi **lumină**, care iradiază asupra celor din jurul meu, mai ales a celor pe care îi iubesc. Decid să îmi împlinesc visele, să las viaţa să curgă în mine. Corpul meu şi mai ales **ochii** mei se vor regenera şi voi ave atoată energia necesară pentru a trăi viaţa din plin !

795. OCHI — GLAUCOM

Glaucomul implică un blocaj al canalului de scurgere al ochiului, care împiedică eliberarea lichidelor şi provoacă o creştere a presiunii interne. Aceste lichide simbolizează toate lacrimile care ar fi trebuit să curgă, de-a lungul vieţii mele şi care, acumulându-se provoacă o presiune pe retină şi deterioararea vederii. **Glaucomul** afectează mai ales persoanele de peste 60 de ani, care au sentimentul că **au văzut destul.**

Poate fi semnul unor resentimente vechi şi a unui refuz de a ierta. Pot avea impresia că sunt depăşit, **subjugat** de viaţă şi îmi este frică de viitor. Mă simt obosit şi viaţa mea se schimbă şi devine mai greu de acceptat↓♥ pe plan emoţional. Refuz să mă văd îmbătrânind. Nu mai pot vedea imaginile viitorului şi îmi convine foarte bine acest lucru. Deoarece, un ochi afectat de **glaucom** reacţionează ca o lupă, este posibil să existe ceva sau cineva în viaţa mea, de care aş vrea să mă apropii cât mai repede posibil. Poate fi vorba despre o apropiere în spaţiu sau timp. Mă simt ca şi cum aş fi în întârziere. Scopul meu este atât de aproape, dar simt un pericol care mă urmăreşte. **Glaucomul** mă obligă să privesc doar înainte şi nu în lateral, ca şi cum aş purta ochelari de cal. Am impresia că am ratat sau am trecut pe lângă anumite lucruri din viaţa mea şi am resentimente din această cauză. Ca şi cum ocaziile mi-ar scăpa printre degete, exact în momentul în care aş putea obţine sau realiza ceva. Mă simt de parcă aş fi într-un tunel. Există atât de multe lucruri care se petrec în interiorul şi în exteriorul meu, încât mă simt pe undeva golit. Reperele mele, care erau înainte familiare, se schimbă şi sunt foarte trist să văd că pierd ceva la care ţineam foarte mult. Viaţa mea devine tristă, plină de melancolie şi nefericită. "Ce îmi rezervă viitorul ? Oare chiar vreau să ştiu acest lucru ?" Nu mai văd nicio posibilitate, nicio ieşire pentru a reuşi în viaţă. Apar tot felul de posibilităţi, dar le ratez, tot timpul, îmi îngrădesc libertatea. Aş vrea atât de mult să îmi reţin trecutul, încât lucrurile rămân aşa cum sunt... Trăiesc o tensiune puternică şi am impresia că voi crăpa !

Accept↓♥ să înlătur vălul care mă acoperă şi să văd lumea cu **iubire** şi tandreţe. Nu mă mai agăţ de ceilalţi şi trăiesc intens în prezent. Iert şi accept↓♥ să văd viaţa cu mai multă toleranţă.

796. OCHI - HIPERMETROPIE ŞI PREZBITISM

În cazurile de **hipermetropie şi prezbitism**, vederea de aproape este afectată. **Hipermetropia** apare mai ales la copiii mici, din cauza unei refracţii oculare. Cât despre **prezbitism,** acesta reprezintă o diminuare progresivă a acomodării ochiului şi apare, de obicei, în jurul vârstei de 40 de ani. Amândouă afecţiunile denotă o frică de prezent. Oare ce se întâmplă în viaţa mea, aproape de mine, ceva ce refuz să văd ? Poate fi vorba de incapacitatea mea de a "pune lucrurile în ordine" şi a vedea calm ceea ce este accesibil, foarte aproape de mine. Mă interesează mai mult ceilalţi, relaţiile personale şi evenimentele exterioare, în loc să privesc în interiorul meu. Această stare poate fi cauzată de un şoc sau de un traumatism, care m-a determinat să cred că acest prezent nu este pentru mine. Devenind extrovertit şi privind mai departe, aleg să ignor ceea ce se petrece lângă mine şi visele mele sunt îndreptate spre viitor. **Ochii** mei devin ca un binoclu care caută tot timpul, în depărtare. Vreau să mă distanţez de anumite aspecte din viaţa mea actuală, prin urmare privesc în depărtare pentru a vedea ce viitor se zăreşte pentru mine. Am o dificultate de a fi apropiat şi intim cu cei din jurul meu. Evit să văd cine sunt cu adevărat. Nici măcar nu îndrăznesc să mă privesc în faţă. Nu îmi place ceea ce văd şi evit să mă implic în situaţii care mă deranjează. Simt că există ceva ce îmi scapă. Vreau să prevăd totul dinainte. Chiar dacă mi se pare periculos ceea ce fac. În ceea ce priveşte **prezbitismul**, trăiesc o stare de nelinişte, deoarece ceea ce văd acum mă îngrijorează: îmbătrânesc, copiii pleacă de acasă, devin tot mai trist. Devin mai sensibil la comentarii şi la critici. Vedearea mea se modifică, în funcţie de ceea ce vreau şi ceea ce nu vreau. Mă distanţez de viaţa mea actuală. Devin mai conştient de moarte şi mă simt vulnerabil faţă de ceea ce se întâmplă cu mine sau cu familia mea. Poate fi vorba despre o moarte simbolică, după perioada de pensionare. Trebuie să mă pregătesc, să îmi fac planuri şi mă întreb dacă voi avea destule resurse financiare pentru a le îndeplini.

Prezbitismul poate apărea mai devreme în viaţa mea, la o vârstă mai fragedă, dacă am avut de a face cu o situaţie legată de moarte. Deşi sunt tânăr, mă simt deja "bătrân". Am impresia că am suportat atât de multe încercări în viaţa mea, încât simt că, parcă am trăit deja două vieţi. Îmi simt corpul uzat, împietrit. În cazul în care doar unul dintre ochi este afectat, este important să verific semnificaţiile legate de partea corpului afectată (stânga: intuiţie, dreapta: raţiune).

Accept↓♥ să văd viaţa mea actuală cu toată frumuseţea ei şi ştiu că mă aflu în siguranţă, AICI ŞI ACUM. Accept↓♥ să îmi privesc în faţă emoţiile şi situaţiile în care mă aflu şi în care nu mă simt confortabil. Doar prin acceptarea↓♥ de a vedea prezentul voi putea crea viitorul, deoarece trebuie să **conştientizez** ceea ce vreau să schimb şi să îmi folosesc toată energia pentru a crea o lume nouă, adaptată nevoilor mele. Accept↓♥ să îmi ascult înţelepciunea interioară, care se exprimă prin intuiţia mea.

797. OCHI- MIOPIE

Miopia îmi afectează vederea la distanţă. Nesiguranţa mea faţă de viitor mă face să văd lucrurile mai grave şi mai neliniştitoare decât sunt în realitate. Se pare că nu sunt pregătit să le înfrunt. Văd ceea ce este aproape de mine, dar vederea mea la distanţă este acoperită, din cauza muşchilor oculari contractaţi şi tensionaţi. Există o ***ceaţă*** care mă împiedică să văd pericolul de departe. Sunt capabil să mă ocup de viaţa mea "de pe o zi pe alta", cu uşurinţă. Dar, îmi este greu să îmi creez propria viziune asupra viitorului şi să văd posibilităţile în faţa mea, să fac faţă şi să îmi depăşesc fricile şi nesiguranţa. Sau mă poate deranja un ***mister***, care poate nu va fi nicodată rezolvat, pentru care nu voi găsi niciodată o soluţie. Percepţia mea interioară asupra adevărului, este neclară, înceţoşată. Există o distorsiune între ceea ce văd şi ceea ce trăiesc. Faptul de a vedea foarte bine din apropiere, implică o dificultate de a-mi găsi masa mea de manevră, în anumite situaţii. Trăiesc situaţii în care ar mai fi lipsit foarte puţin, să se întâmple ceva, de exemplu, un accident de maşină. Dacă sunt **miop**, am tendinţa de a fi timid şi introvertit, ceea ce poate proveni din experienţe din copilăria mea, abuzive sau înspăimântătoare pentru mine (de exemplu privirea ostilă şi furioasă a unui părinte). Dacă, de exemplu, un profesor sau un unchi mă bătea, am devenit miop, deoarece îmi era fircă de el şi nu voiam să îl văd, pentru că, imediat ce îl vedeam, deveneam nervos, neliniştit, ştiam ce mă aşteaptă. Aveam impresia că ***sunt abuzat*** şi voiam să înceteze acest lucru. Am simţit necesitatea de a mă proteja de lumea exterioară, asemenea unui *autist*, prin **miopie.** De obicei, cu excepţia faptului de a fi trăit un alt conflict, vederea mea de aproape va fi mai bună decât a majorităţii oamenilor, deoarece ştiu, chiar şi inconştient, că este important să văd bine ceea ce se petrece lângă mine, pentru a mă putea apăra sau pentru a evita să fiu rănit, atunci când mă simt ameninţat.

Miopia indică, în general, o subiectivitate exagerată. Expresia "a nu vedea mai departe de vârful nasului" descrie foarte bine această stare de spirit, de a nu vedea în depărtare, din laşitate sau lene sau dun cauza decepţiilor vieţii. "Nu îmi cred ochilor" ilustrează foarte bine cum mă simt. Uneori este mai simplu să îmi plâng de milă, în loc să acţionez. Oare partenerul meu îşi petrece mult timp departe de mine ? Mă pot întreba dacă nu cumva expresia" ochii care nu se văd, se uită" se poate aplica şi în cazul meu... Sau poate îmi lipseşte prezenţa tatălui meu... Sau cred că realitatea exterioară şi viitorul meu sunt nesigure, deoarece nu îmi folosesc forţele şi înţelepciunea interioară. Pentru că mă simt rănit de ceilalţi, nu mai vreau să interacţionez cu ei. Mă simt neputincios, fără susţinere şi nu mai pot merge mai departe.

Acceptând↓♥ să văd lumea exterioară, voi învăţa mai multe despre mine. Viziunea mea se va lărgi şi îmi voi dezvolta spaţiul meu interior. Aleg drumuri noi, am încredere în mine. Accept↓♥ faptul că fiecare persoană este responsabilă de propria ei viaţă; văd viitorul într-o lumină frumoasă şi pozitivă şi se va manifesta exact aşa în viaţa mea.

798. OCHI – NISTAGMUS

Nistagmusul reprezintă o suită de mişcări sacadate şi rapide ale globilor oculari, involuntare, de multe ori fiind un simptom al unei afecţiuni a centrului nervos. Ochii mei se mişcă tot timpul dintr-o parte în alta, când sunt afectaţi de

nistagmus. Trebuie să mă întreb când a apărut această afecțiune în viața mea. De obicei, poate fi vorba despre o perioadă în care trăiam o situație în care exista un pericol și încercam să găsesc toate soluțiile posibile pentru a scăpa de acea situație. Am impresia că nu mă pot salva decât dacă caut tot timpul în jurul meu elemente care mă fac să apreciez viața.

Nu prea știu pe ce să îmi opresc privirea. Este important să regăsesc evenimentul inițial, pentru a **conștientiza** cauza acestei afecțiuni și astfel, pentru a reuși să o vindec. Am impresia, de asemenea, că există imagini care defilează constant, chiar și în mintea mea și acest lucru mă obosește. Am nevoie să cobor ochii pentru ca totul să se oprească.

Accept↓♥ să conștientizez faptul că pericolul putea fi real pentru mine, în trecut, dar acum nu mai există: sunt tot timpul îndrumat și protejat.

799. OCHI — ORBIRE

Sunt considerat orb dacă am 10% din vedere sau mai puțin. Dacă mă aflu în această situație, mă întreb ce anume nu vreau să văd sau ce îmi este teamă să văd în viața mea, fie că este vorba despre persoane, fie că este vorba despre o persoană sau o situație. Vreau să mă protejez și mă ghemuiesc în lumea mea, pe care o pot crea așa cum vreau eu: mă simt în siguranță și noua mea realitate este mult mai plăcută decât cea pe care aș putea să o văd în viața reală. Astfel pot depăși pericolul pe care îl simt tot timpul în urma mea și de care nu pot scăpa. Dacă am orbit în urma unui accident sau a unei boli, caut cauza care ar putea fi legată de pierderea vederii. Apoi integrez această cauză pentru **conștientizarea** pe care o am de făcut și accept↓♥ să "văd" din nou și să las vederea mea interioară să se dezvolte tot mai mult în **iubire** și în înțelegere. Dacă m-am născut orb, mă întreb până la vârstă, chiar dacă este vorba despre o vârstă foarte mică, mi-a fost frică de lumea exterioară, ca și cum aș fi fost în pericol și singura modalitate de a mă simți bine era să mă deconectez de lume. Oare voiam să văd lumea, cu adevărat? Poate ceilalți au vrut să mă ascundă, chiar și atunci când eram în pântecele mamei. Faptul de a nu vedea în jurul meu mă ajută să evit să mă compar cu alții. Dacă mă simt urât, limitat, nu am de a face cu acest lucru, tot timpul. Uneori este mai ușor să nu Vezi: nefericirea umană, decât să îi faci față. Aceasta reflectă sărăcia mea interioară și acceptând↓♥ să îmi concentrez atenția doar pe bogățiile mele interioare, vederea mea se va ameliora și voi fi capabil apoi să văd frumusețea peste tot. Indiferent de vârsta la care am devenit orb, în totalitate sau parțial, acest lucru indică faptul că există un refuz de a deveni eu însumi și a mă naște în lumea exterioară. Vreau să închid ochii, pentru a nu vedea amintirile care îmi fac rău, mai ales dacă sunt orfan și părinții mei nu m-au văzut niciodată, nu m-au privit. Sunt dependent de cineva, din cauza situației mele. Îmi îngrădesc singur libertatea. Mă conformez lumii exterioare când, de fapt, aș putea să trăiesc în funcție de propriile mele nevoi, de adevărul meu profund.

Este posibil ca vederea mea să revină complet: trebuie să accept↓♥ cine sunt și lumea din jurul meu, cu toată frumusețea ei, cu tot negativismul și inegalitățile ei. Accept↓♥ **aici și acum** să fac față tuturor fricilor mele și să îmi recunosc potențialul. Accept↓♥ să ies din rolul meu de victimă și să devin creatorul vieții mele. Mă privesc în **ochi** așa cum sunt. Accept↓♥ să fiu eu însumi, nu să mă confomez celorlalți. Devenind stăpân pe viața mea, acceptând↓♥ faptul că lumea este ceea ce este și că singura putere pe care o am este asupra mea, realitățile exterioare și interioare vor fi mai clare și îmi pot redobândi vederea. Și meritul este doar al meu ! Refuzând să **deschid ochii**, să văd lumea exterioară, nu am alte alegeri decât să privesc în mine însumi și să **conștientizez Universul** meu interior. Există cineva în viața mea care mă lasă să orbesc și în care nu mai am încredere ? Ce anume îmi tulbură discernământul ? Accept să văd bogăția din interiorul meu, **lumina** din mine.

800. OCHI — PTERIGION

Reprezintă o îngroșare a conjunctivei (albul ochiului), de formă triunghiulară, care se întinde de la cornee până la unghiul intern al ochiului. Dacă am această afecțiune, înseamnă că mă simt expus intemperiilor vieții, vulnerabil față de tot ceea ce este în jurul meu; nimeni nu mă protejează de ceea ce văd. Îmi este greu să coabitez cu lumea din jurul meu, deoarece inima♥ mea de copil nu știe cum să reacționeze și și cum să se protejeze de toate aceste agresiuni. Mă simt incapabil să fac față lucrurilor pe care le văd și există lucruri care îmi scapă, în apropierea mea.

Accept↓♥ să fiu în contact cu lumea mea interioară. Privesc fără să judec ceea ce se întâmplă în jurul meu. **Conștientizez** faptul că, ceea ce mă deranjează sau mă întristează mă trimite la propiile mele răni interioare. Nu pot fi stăpân decât pe propria mea viață și știu că fiecare are aceeași putere, trebuie doar să accept acest lucru↓♥.

801. OCHI — PUPILE

Pupila este orificiul central al irisului pe unde trec razele de lumină. Ea dozează cantitatea de lumină care pătrunde în ochi. **Midriaza** reprezintă dilatarea anormală a pupilei și imobilitatea irisului. Când apare această problemă, investighez lucrurile fundamentale pentru mine și nu îmi pot capta esența vieții mele. Ce sens are viața mea, care sunt aspirațiile mele ? Un sens pe care nu reușesc să îl văd, deoarece caut în afară răspunsurile pe care trebuie să le găsesc în interiorul meu, în centrul meu, în **inima♥** mea. **O pupilă prea dilatată (uveita)** indică o situație pe care trebuie să o rezolv urgent (a se vedea și referirile la inflamație, din această carte). În cazul în care există o **diferență de mărime între cele două pupile (anizocorie)**, există o situație sau un aspect, o latură a vieții mele, pe care nu mai suport să o văd. Lucrurile nu mai sunt clare, totul este confuz. Nu mai pot îndura imaginile pe care le văd. Mă simt singur ca un orfan, care nu mai poate fi lângă părinții lui, pentru a fi ajutat și protejat. Există o dualitate în adâncul meu. Încerc să fiu echilibrat, în ciuda durerii care este prezentă tot timpul.

Accept↓♥ să clarific situațiile incerte, îmi acord timp pentru a reflecta asupra lucrurilor pe care am nevoie să le limpezesc. Îmi ascult vocea interioară și adaptez situaţiile în funcţie de nevoile mele. Astfel, voi putea vedea **lumina** de la capătul tunelului şi voi putea avansa în viaţă, cu încredere şi determinare.

802. OCHI — RETINITA PIGMENTARĂ SAU RETINOPATIA PIGMENTARĂ

Retinita pigmentară sau retinopatia pigmentară este considerată o boală ereditară, care determină degenerarea celulelor vizuale receptoare de lumină. Afectează mai ales copiii. Ochiul nu se mai poate adapta la întuneric şi câmpul vizual se micşorează în timp. Nu mai văd **lumina.** Această boală se dezvoltă şi îmi este ruşine de mine, de ceea ce sunt, atât pe plan fizic, cât şi intelectual. Mă consider ***ridicol.*** Este ca şi cum nu aş fi văzut niciodată lumina zilei, o parte din mine este ascunsă. Această ruşine poate apărea, de asemenea, după o situaţie îngrozitoare, la care am fost martor. Vederea mea de copil a fost murdărită. Nu trebuie să se afle acest lucru ! Trebuie să rămână ascuns, în întuneric. Vreau să mă opun acestei viziuni a nefericirii. Aş vrea ca ceilalţi să nu îşi îndrepte privirea spre mine. Este posibil să fiu perfecţionist şi faptul de a vedea o problemă în faţa mea, îmi provoacă un stres puternic. Poate îmi este teamă că nu voi realiza tot ceea ce mă aşteaptă în viaţă sau refuz să mă văd bătrân, deoarece îmi este frică de moarte. O situaţie în care simt abandon, mă poate îndepărta de o persoană iubită, pe care nu o mai pot vedea ca înainte. Corpul meu răspunde acestui stres prin diminuarea câmpului meu vizual, sperând că astfel va diminua stresul.

Trebuie să învăţ să mă accept↓♥ aşa cum sunt şi să am o privire pozitivă faţă de cea ce sunt, deoarece sunt o persoană unică şi extraordinară.

803. OCHI — STRABISM (în general)

Dacă sunt afectat de **strabism,** se spune, în limbaj comun, "că mă uit chiorâş", am privirea încrucişată. Axele vizuale ale ochilor mei nu sunt paralele. **Strabismul** denotă contradicţii, dualităţi sau incertitudini, faţă de relaţiile mele cu cei din jur, o luptă continuă între nevoia mea de singurătate şi cea de a fi admirat, o dorinţă de independenţă confruntată cu frica de a fi singur.

Blândeţea tăcerii este tot timpul în contradicţie cu nevoia mea de a pune întrebări. Îmi este greu să mă ***concentrez*** doar pe un aspect o dată. Nu am încredere în oameni şi în situaţii, pe care le consider "strâmbe".

Accept↓♥ să învăţ să îmi descopăr adevăratele nevoi şi să mă simt bine în orice situaţie.

804. OCHI — STRABISM CONVERGENT

Strabismul convergent (ochii încrucişaţi) este o deviere a privirii, spre interior, spre nas. De obicei, implică faptul că refuz să văd anumite lucruri aşa cum sunt în realitate, din cauza unei nesiguranţe pe care o pot reprezenta pentru mine. Este posibil să vreau să scap, astfel, de anumite persoane pe care le consider ameninţătoare pentru mine, pe care le văd ca pe nişte *prădători.* Prefer să port ochelari corectori. Astfel, ochii mei pot veghea tot timpul în jur, pentru a vedea un eventual pericol. Mă tem de ce s-ar putea întâmpla. În funcţie de ochiul care "fuge" pot descoperi anumite aspecte ale personalităţii mele. Dacă **ochiul meu stâng are privirea spre interior,** înseamnă că sunt foarte speriat şi am un complex de inferioritate. Dacă este vorba despre **ochiul drept,** probabil sunt o persoană foarte bănuitoare şi ranchiunoasă. Este un mod de a-mi concentra întreaga atenţie spre o persoană pe care vreau să o supraveghez tot timpul. **Ochiul stâng îndreptat în sus,** denotă faptul că sunt un visător, care nu are noţiunea timpului. Dacă ochiul drept se uită în sus, înseamnă că sunt o persoană indisciplinată şi cu o inteligenţă iraţională. **Strabismul** mai are un efect, acela de a mă determina să văd lumea doar în două dimensiuni. Dacă am privirea încrucişată, îmi este greu să văd direcţia în care merg. Nesiguranţa mea şi angoasele mele mă fac să caut o prezenţă liniştitoare. Nu "am ochi decât pentru o anumită persoană". Dacă sunt copil, este vorba, de obicei despre unul dintre părinţii mei, dar poate fi vorba şi despre un anumit grup sau un professor. Dacă este vorba despre o prezenţă fizică a cuiva, este ca şi cum ochii mei ar căuta tot timpul prezenţa oculară a acelei persoane, care reprezintă pentru mine siguranţa şi un soi de autoritate. Ochii mei caută în diverse direcţii. Ochii încrucişaţi pot indica o situaţie în care sunt confuz, singur. Mă simt rupt între două persoane şi nu ştiu cum să mă poziţionez.

Pentru a îmi uni percepţia, trebuie să observ lucrurile din toate unghiurile posibile şi să accept↓♥ realitatea. Devin atent la toate mesajele pe care mi le transmite corpul meu şi descopăr o viziunea a vieţii, în totalitatea ei. În loc să îmi găsesc siguranţa în jurul meu, accept↓♥ să o caut în interiorul meu. Las deoparte lucrurile care m-au influenţat în viaţă şi îmi creez o viaţă plecând de la nevoile mele, de la spiraţiile mele, de la forţele mele interioare. Astfel îmi voi găsi stabilitatea interioară. Dacă trăiesc în armonie, ochii mei îşi vor relua poziţia normală. Punctele mele de vedere pot fi diferite de ale celorlalţi. Important este să îmi fiu fidel mie însumi.

805. OCHI — STRABISM DIVERGENT

La fel ca şi în cazul strabismului convergent, **strabismul divergent,** este tot o deviere a ochilor, dar, de data aceasta, spre exterior. **Strabismul divergent** denotă, de asemenea, o frică de a privi prezentul în faţă. Când ochiul drept este afectat, este un semn al faptului că există un efort intelectual care încearcă să amelioreze relaţie dintre inteligenţă şi o anumită situaţie. Am impresia că inteligenţa mea stă pe loc, ceea ce mă poate predispune spre depresie. Dacă este vorba despre ochiul stâng, sunt o persoană foarte sensibilă. Acţiunile pe care le realizez sunt în funcţie de această sensibilitate. Mă văd ca pe o ***pradă*** uşoară, deoarece mă simt foarte fragil.

Stabismul divergent indică faptul că mă simt într-o poziţie de victimă sau de neputinţă. Am nevoie de o vedere de ansamblu pentru a vedea cât mai multe lucruri posibile şi astfel să mă protejez şi să evit să fiu din nou rănit în viaţa mea afectivă, în cazul în care apar posibili parteneri.

Accept↓♥ să trăiesc momentul prezent şi să privesc fiecare situaţie în faţă. Sensibilitatea mea mă ajută să iau decizii mai clare, ştiind că sunt tot timpul îndrumat şi protejat.

806. OCHI USCAȚI *Vezi: OCHI [AFECȚIUNI ALE...]*

807. OMBILIC (BURIC)

Ombilicul este deschiderea din peretele abdominal prin care fetusul este legat cu cordonul ombilical. Imediat după naștere, devine o cicatrice și este denumit, în limbaj curent **buric.** O durere la acest nivel implică faptul că trebuie să fiu mai deschis față de ceilalți, în loc să fiu centrat pe mine. Este posibil să fiu pe cale să "tai cordonul ombilical", adică dependența față de mama și mediul meu familial. Când eram fetus, prin **buric** primeam toată hrana esențială creșterii supraviețuirii mele. O anomalie sau o afecțiune a **buricului** poate să indice că am o nevoie vitală de ceva din viața mea și nu primesc acel lucru sau, din contra, că aș vrea să resping, să evacuez ceva ce am consumat sau am primt în cantitate prea mare și mai este bun pentru mine. Pot avea o dificultate de a mă detașa de influența părinților mei, de a "tăia cordonul". Tot ceea ce car după mine inutil, devine o povară. Îmi reanalizez locul pe care îl ocup în cadrul clanului familial și am impresia că nu fac parte din el. Dacă sunt **bebeluș** și am **buricul roșu** și **inflamat,** acest lucru indică faptul că trăiesc multă furie față de incapacitatea mea de a trăi anumite lucruri. Am nevoie să fiu aproape de mama mea și, în același timp, am nevoie de spațiu. Dacă sunt părintele acelui copil, este nevoie să observ dacă și eu trăiesc același lucru, deoarece bebelușul este foarte sensibil la ceea ce simt eu. **Buricul** este considerat de către unii oameni un centru de energie, important pentru deschidere. Există chiar un grup denumit "adoratorii **buricului**", în care se fac exerciții de meditație pe această parte a corpului, care reprezintă deschiderea pasajului vieții, de când eram fetus, în pântecele mamei.

Învăț să îmi accept↓♥ partea **excentrică,** să îmi recunosc calitățile cu modestie, evitând astfel să mă consider "buricul pământului" și astfel să pot vedea toată frumusețea care există în fiecare ființă și în fiecare lucru. Ignor orice relație sau situație care nu mai este bună pentru mine, pentru a lăsa să vină spre mine noi cunoștințe sau noi contacte care aduc un vânt de prospețime și de schimbări pozitive în viața mea.

808. OMBILICALĂ (HERNIE...) *Vezi și: HERNIE*

Hernia ombilicală poate fi o manifestare a dezamăgirii mele sau a regretului de a fi trebuit să mă detașez de mediul confortabil și sigur, pe care îl reprezenta burta mamei. Am impresia că trebuie să mă descurc singur acum și trebuie să fac eforturi pentru a atinge scopurile pe care mi le-am fixat și care devin dintr-o dată mult mai puțin interesante.

Accept↓♥ faptul că am întreg potențialul necesar pentru a-mi atinge obiectivele și recunosc că viața mă va sprijini pe deplin. Acceptând↓♥ să ajut fără egoism, îmi deschid **inima♥** spre **iubirea** celorlalți.

809. OMOPLAT

Omoplatul este un os lat, larg și subțire, care face parte din schelet. Împreună cu clavicula unește brațul de trunchi. O afecțiune a **omoplatului** poate indica o revoltă față de autoritate, deoarece mă simt strivit de aceasta. Problemele (fracturi sau altceva) care pot afecta **omoplatul** pot proveni dintr-o contradicție între ceea ce sunt, reprezentat de trunchi și ceea ce vreau să exprim, reprezentat de brațe, care reprezintă prelungirea energiei **inimii♥. Tensiunile** (sau nodurile) la nivelul **omoplatului stâng** indică faptul că sunt în dezacord cu partenerul meu sau cu copiii mei, iar **tensiunile la omoplatul drept,** indică faptul că există ceva, cu ce nu sunt de acord, la serviciu. O afecțiune a **omoplatului** subliniază faptul că am tendința de a mă lăsa "călcat în picioare". Am nevoie de un **scut** pentru a mă proteja. Există o situație în viața mea în care mă simt complet inferior celorlalți, mai slab, mai incompetent. Trăiesc în pasivitate, ceea ce îmi diminuează nivelul de energie.

Accept↓♥ să țin cont de toate aspectele mele, pentru a manifesta armonie în viața mea, în acțiunile pe care le fac. Îmi acord timp, în liniște, pentru a medita și pentru a vedea cine sunt cu adevărat. Învăț să fiu în largul meu când sunt singur, deoarece în singurătate pot să intru în contact cu esența mea divină. După aceea îmi va fi mai ușor să îmi exprim nevoile.

810. OMUCIDERE

Pot să îmi doresc să omor pe cineva. Dacă hrănesc această dorință cu resentimente și cu ură, mă expun unei energii negative colective (egregora – energia sub formă de **conștiință,** formată din gândurile mai multor persoane) legate de acest gând, care poate mă va împinge spre acțiune. Oare **ce vreau să omor în mine ? Suferința mea, durerea mea, ura mea... ?** Am resentimente pentru că am pierdut ceva și îi fac pe ceilalți responsabili de suferința și de disperarea mea. Rana mea interioară mi se pare insuportabilă. Suferința pe care o trăiesc necesită curaj: curajul de a cere ajutor, curajul de a avea încredere în cineva care ar putea să mă ajute necondiționat, cineva în care aș putea avea încredere.

Accept↓♥ să mă eliberez de trecut, să mă iert și îmi regăsesc forța pentru a redeveni stăpân pe viața mea.

811. OPIUM (consum de...) *Vezi: DROGURI*

812. OPRESIUNE

Când mă simt **opresat** am senzația că am o greutate pe piept, la nivelul plămânilor. Pot avea și impresia de sufocare. Poate fi vorba despre emoțiile care m-au cuprins, de grijile mele care cântăresc mult, de revolta mea care mă roade pe interior. Este posibil să mă simt copleșit de o autoritate și am impresia că sunt abuzat de "putere". Pot simți, față de persoană sau față de o situație, o nesiguranță interioară profundă, care mă face să vreau să rezolv acea situație, cât mai repede posibil. Îmi este frică de critică, mă închis într-un anumit fel de face lucrurile, pentru a trece neobservat și a nu stârni agitație.

Accept ↓♥ să îmi regăsesc puterea interioară. **Conștientizez** libertatea pe care o am. Îmi eliberez sentimentele negative pentru a face loc calmului și **iubirii.**

813. OPRESIUNE PULMONARĂ

O astfel de stare denotă faptul că există un dezechilibru între **presiunea** din interiorul meu și cea din exterior. **Este un sentiment foarte puternic care blochează circulația vieții în mine.** Trebuie **să conștientizez** și să mă întreb, dacă acea presiune puternică vine din interiorul meu și ce anume mă împiedică să respir regulat și adânc. Există ceva ce mă arde, este ca și cum **plămânii** mei s-ar supraîncălzi. Această senzație este amplificată de incertitudinile și nesiguranța mea.

Accept↓♥ să mă relaxez, să nu mă mai oblig să fiu într-un anumit fel sau să fac atât de multe lucruri. Pentru a mă ajuta să înlătur această presiune, inspir **lumina** și **iubirea**, care purifică aceste emoții, care vor fi astfel echilibrate.

814. OREION *Vezi și: GLANDE SALIVARE, INFECȚII [ÎN GENERAL], BOLILE COPILĂRIEI*

Oreionul este o infecție virală contagioasă, care se manifestă cel mai des prin inflamarea unor glande, mai ales a glandelor salivare. Copiii sunt afectați cel mai des de această boală. Există ceva sau cineva în viața mea, față de care simt o iritare, o frustrare. Mă simt denigrat, criticat și uneori aș vrea, la rândul meu, să îi "scuip" pe oameni în față. Doar dacă nu este cumva altcineva care ar vrea să facă la fel, în ceea ce mă privește pe mine sau ideile mele ! Am o dificultate de a înghiți lucrurile care îmi plac mult, deoarece am fost împiedicat sau mi s-a interzis să fac acest lucru. În general, **oreionul** afectează mai mult copiii decât adulții, copiii având o dificultate mai mare în exprimarea furiei și a frustrării. Mă bat tot timpul cu mine însumi, mă judec cuseveritate, mă percep ca fiind fragil și anormal. Îmi neg instinctele și energia mea sexuală care începe să se trezească. Acest lucru îmi limitează dezvoltarea.

În loc să mă denigrez pe mine sau pe altcineva (sau o situație), accept↓♥ să găsesc ce anume am de învățat din toate acestea. Las să curgă energiile mele interioare, dorințele mele naturale și astfel pot fi în contact cu creativitatea mea și cu bucuria mea interioară.

815. ORGANE GENITALE *Vezi: GENITALE [ORGANE...]*

816. ORGELET *Vezi și: FURUNCUL*

Ogeletul (urciorul) este un [62]furuncul mic, roșu și dureros, care apare la marginea pleoapei, la baza genelor. **Orgeletul** se manifestă atunci când trăiesc sentimente de tristețe, resentimente față de cineva sau de ceva, ce nu îmi convine. Este posibil ca o persoană (partenerul meu, de exemplu) să aibe o opinie diferită de a mea, să facă lucrurile altfel și eu să consider acest lucru drept ceva "murdar". Am fost dat la o parte sau cred că nu am acționat bine, dar aș vrea să-mi îndrept "greșeala". Nu mă simt în siguranță și trăiesc multă nesiguranță, este ca și cum nu aș mai fi stăpân pe mine însumi. Am nevoie de puterea cuiva pe care să mă pot sprijini, deoarece eu mă simt prea slab. Pot chiar să mă ascund în spatele cuiva, ceea ce mă împiedică să îmi creez eu însumi viața pe care mi-o doresc. Devin pasiv și sunt închis în fața diverselor ocazii care apar în viața mea.

---

[62] **Furuncul:** infecție acută a unui folicul

Viața mea devine goală și rece. Diferența dintre conjunctivită și **orgelet** este că, în ultimul caz, consider situația respectivă "urâtă".

În loc să îmi refulez emoțiile, accept↓♥ să le exprim, altfel ar putea să se manifeste sub formă de **orgelet**. Devenind stăpân pe viața mea și făcând parte din ea, fiind "în primul rând", mă voi dezvolta pe deplin.

817. ORHITA *Vezi: TESTICULE [ÎN GENERAL]*

818. OTITĂ *Vezi: URECHI — OTITĂ*

819. OTRĂVIRE (... prin alimentație)

Otrăvirea sau **intoxicația** poate apărea atunci când o substanță toxică este introdusă în corp și este însoțită de o serie de tulburări fizice. Atunci când se produce o **otrăvire** trebuie să observ ce sau cine îmi otrăvește existența. Nu este vorba atât despre alimentele care au cauzat otrăvirea, ci de faptul că aceasta reflectă propriile mele gânduri. De altfel, nu toate persoanele care au mâncat același lucru vor suferi de pe urma **otrăvirii. Conștientizez** situația sau persoana care mă deranjează atât de tare. Încerc să aflu față de cine sau de ce sunt supărat și care sunt **gândurile otrăvitoare** pe care le întrețin față de acea persoană sau față de acea situație. Cine îmi **otrăvește** existența ? Ce am de învățat din acea situație ? De ce sunt atât de fatalist ? **Otrăvirea** scoate în evidență latura mea falsă și foarte artificială: nu fac decât să joc un rol. Valorile mele sunt cele ale celorlalți: astfel evit să creez conflicte cu ceilalți. Este posibil să existe reguli sau o autoritate care să-mi **otrăvească** existența. Mă simt ca într-o închisoare în acest aspect al vieții mele. Mă întreb până unde pot să merg în ceea ce exprim, deoarece **conștientizez** importanța cuvintelor și ce implică acest lucru.

Accept↓♥ să readuc situația **otrăvitoare** la cea mai simplă formă de exprimare și reduc totul la un singur cuvânt: supărare, frustrare, gelozie etc. Deoarece tot ceea ce nu accept↓♥ revine în viața mea, tot mai puternic, până când voi accepta↓♥ acel lucru. Trebuie să învăț să fiu mai deschis **aici și acum** și să accept↓♥ din toată **inima♥** această situație. Începând de acum, îmi dau seama că acea persoană sau acea situație există pentru a mă ajuta să mă depășesc și să evoluez. Las să iasă din mine toată otrava: toate atitudinile, acțiunile, emoțiile mele care nu îmi convin. Îmi preiau controlul asupra vieții mele, cu simplitate și sinceritate.

820. OVARE (în general) *Vezi și: FEMININE [AFECȚIUNI...]*

Ovarele reprezintă dorința mea de a avea copii și creativitatea mea, capacitatea mea de a crea, feminitatea mea, faptul de a fi femeie și de a fi împlinită sau realizată ca femeie.

821. OVARE (afecțiuni ale ovarelor...)

Problemele ovariene indică un conflict puternic față de faptul de a fi femeie, de exprimarea feminității mele sau de faptul de a fi mamă. Este posibil să fi neglijat partea mea creativă. Este ca și cum aș "tăia" o parte din mine, deoarece **ovarele** reprezintă locul unde începe crearea unei vieţi noi. Sunt situate în zona pelvisului, zona unde pot da naştere unui copil şi unor noi aspecte din mine însumi, este locul în care mă pot redescoperi. Este posibil să fie vorba despre un conflict interior legat de creaţie şi de descoperirea propriei mele vocaţii. Prefer să joc un rol care să mă protejeze de pericole, în loc să fiu eu însumi. Deoarece am închis în mine tot potenţialul pe care îl am, mi-am închis şi creativitatea. Mă simt legată de ceilalţi, când de fapt eu sunt cea care se leagă. Mă simt sub puterea **fatalităţii.** Poate vreau să compensez acest lucru prin **supraproducerea de ovule.** Un **chist ovarian**, care este o colectare anormală de lichid în ovar, indică faptul că emoţiile mele sunt acumulate, că rumeg tot timpul aceleaşi gânduri sau aceleaşi griji. Sau poate mă simt stresată la ideea că voi deveni mamă ? Care este motivul care mă reţine să am copii ? Am trăit recent un eveniment legat de faptul de a deveni mamă ? Sau o situaţie care îmi aminteşte o experienţă sexuală traumatizantă ? Dacă nu mă simt demnă de a avea copii, pot **înceta producerea de ovule**. Cât despre **cancerul de ovare** (corespondent la bărbaţi este **cancerul de testicule)** acesta se poate dezvolta în urma unui eveniment în care am trăit **PIERDEREA** unei persoane dragi. Am impresia că viaţa mea sau viaţa unei persoane iubite a fost **ruinată**, sau este pe cale să se **piardă**. Este posibil să fie vorba despre unul dintre copiii mei, mort într-un accident, în urma unei boli sau a unui avort. Sau poate fi vorba despre cineva cu care nu am o legătură de sânge, dar pe care "o iubesc **ca şi cum** ar fi copilul meu". **Sentimentul de pierdere** poate fi trăit faţă de un element abstract, de exemplu: "de când are acest nou loc de muncă, soţul meu nu mai prea stă acasă, se întoarce târziu, de abia mai vorbim, se gândeşte tot timpul la muncă. Mi-am pierdut soţul ! Dacă lucrurile vor continua aşa, munca va lua locul căsniciei noastre..." Deci, "l-am pierdut !"pe bărbatul pe care îl cunoşteam înainte şi cu care eram fericită, ceea ce nu se mai întâmplă astăzi. Poate fi vorba despre un proiect la care ţineam din toată **inima♥** şi care a fost întrerupt. De altfel, dacă eu eram iniţiatorul acelui proiect, le vorbeam celorlalţi despre el, ca şi cum ar fi fost "copilul meu". Sentimentul meu de culpabilitate faţă de evenimentul respectiv este adeseori un element important şi declanşator al bolii. Am o dificultate faţă de angajament, deoarece m-am simţit devastat în relaţie cu o persoană de acelaşi sex. **Cancerul de ovare** apare ca urmare a unei situaţii dureroase, care mă răneşte în imaginea mea de mamă şi care mă face să simt neputinţă şi să am impresia unui eşec. Chiar dacă fundamentul vieţii mele faţă de creaţie este reanalizat. La fel ca în cazul unei **tumori**, există multe lucruri care nu îmi plac, dar refuz să fac schimbările necesare.

Oricare ar fi situaţie, este important să accept↓♥ **imediat** toate sentimentele pe care le am, să le exprim pentru ca rana mea interioară să se vindece şi să mă pot îndrepta sepre viitor, cu o privire mai pozitivă şi să îl umplu de proiecte pe care le voi realiza.

P

822. PALAT *Vezi: GURĂ — PALAT*

823. PALPITAŢII *Vezi: INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ*

824. PALUDISM *Vezi: MALARIE*

825. PANARIŢIU

Panariţiul este inflamaţia acută a unui deget de la mână sau, mai rar, a unui deget de la picior. Dacă degetele de la mână sunt afectate, am o dificultate de a merge înainte, în detaliile cotidiene, în timp ce **degetele de la picioare** se referă mai ales la detaliile legate de viitor. Sunt pasiv, indiferent, melancolic şi energia mea activă, care are nevoie să se exteriorizeze, iese prin degetele de la mâini sau de la picioare. Oare vreau să mă apropii de ceilalţi ? Există, cu siguranţă o lipsă în acest sens. Am nevoie să las să iasă din mine toate aceste emoţii şi gânduri negative, refulate şi să fiu deschis faţă de ceilalţi, să comunic. Vreau să mă eliberez din închisoarea mea interioară. Pot chiar să păstrez un secret care, în prezent, mă roade pe dinăuntru. Mă aflu în pană de bucurii şi de plăceri. Nefiind în contact cu interiorul meu, mă sprijin pe ceilalţi. Este ca şi cum nu aş putea să îmi controlez destinul. Mă las invadat în spaţiul meu intim, deoarece îmi ignor limitele.

Accept↓♥ să decid, începând de acum, asupra teritoriului meu. Reintru în contact cu puterea mea interioară. Înlătur gratiile închisorii mele. Acum sunt liber să îmi creez viaţa, aşa cum vreau.

826. PANCREAS *Vezi şi: SÂNGE / DIABET / HIPOGLICEMIE*

Pancreasul este situat cam la zece centimetri deasupra buricului[63]. Acesta sintetizează enzimele care ajută la digestia mâncării. Aici este menţinut nivelul de insulină, care ajută la stabilizarea nivelului de zahăr din sânge. Dacă este în dezechilibru, poate apărea un **diabet** sau **hipoglicemie** (referinţele la cele două boli oferă mai multe detalii despre fiecare în parte. **Pancreasul** simbolizează libertatea, puterea, stăpânirea de sine, definiţia mea despre "eul" meu. Atunci când trăiesc multe emoţii, pot avea o dificultate de a digera. Cînd această stare se prelungeşte şi trăiesc o stare de tristeţe, pot să am **hipoglicemie** (legată de lipsa de bucurie). Sediu al EGO-ului, al centrului meu de energie emoţională, al sentimentelor, acest centru de energie este mereu în mişcare. Captează vibraţiile altora (pozitive sau negative) care îmi influenţează propria stare. Pancreasul este centrul emoţiilor şi al dorinţelor. Reprezintă capacitatea mea de a exprima şi de a integra **iubirea** în interiorul meu şi capacitatea mea de a gestiona sentimentele contrarii iubirii (de exemplu furia), fără să provoc durere. O dificultate la nivelul **pancreasului** indică faptul că există o dezordine şi o confuzie în emoţiile mele, de aceea am o dificultate în digestie. Vreau să păstrez controlul şi puterea asupra celorlalţi, devin agitat în interior şi îmi scade respectul faţă de mine. Este ca şi cum ar exista o luptă interioară în faţa obstacolelor, îmi este teamă de noile provocări şi mă epuizez în luptă, ceea ce duce la scăderea energiei. Ţin la libertatea mea. O proastă funcţionare a **pancreasului** apare în urma unor evenimente traumatizante, precum pierderea unei fiinţe dragi, un şoc pe care l-am avut şi care m-a destabilizat. Reprezintă instinctele primare pe care le-am refulat. De multe ori este vorba despre o situaţie care pune în discuţie un alt membru al familiei şi a cărei miză constă în dobândirea unei puteri mai mari sau a unor bani (de exemplu, în cazul unei moşteniri). Pot fi eu în centrul conflictului (eu primesc reproşurile, ceilalţi vor să mă "alunge") sau o altă persoană (eu sunt persoana care bombăne, care reproşează). O astfel de situaţie, în care port o povară emoţională poate determina apariţia unor **calculi. Pancreasul** este legat de obsesii şi de ideile rumegate tot timpul, reiau mereu aceleaşi gânduri, fără să găsesc soluţii. Consider că există în viaţa mea o situaţie abjectă şi nedreaptă. Dacă trăiesc o situaţie prea greu de înghiţit, care mi s-ar părea **odioasă, oribilă** sau **imorală**, aş putea chiar să ajung să am un **cancer la pancreas.** În acest caz, sunt **revoltat**, mă opun tuturor forţelor, rămânând totuşi pe poziţia mea. Este posibil, de exemplu, să îmi fi pierdut numele şi să îmi caut în zadar rădăcinile. Există o legătură cu bucuria de a trăi: mă simt demotivat şi îmi este atât de frică de eşec, încât prefer să nu fac nimic. Deoarece nu am niciun scop şi nicio aşteptare, evit să fiu dezamăgit ! Las noile situaţii să ocupe loc în viaţa mea sau mă opun schimbărilor ? Care sunt schimbările sau modificările pe care le am de făcut pentru a asimila mai uşor emoţiile interioare ? În ce fel accept↓♥ să primesc toate cadourile vieţii ? Este uşor pentru mine să mă bucur cu toate simţurile sau refuz fericirea sub toate aspectele ei, mă simt **nedemn**, chiar şi de **numele** pe care îl port ? Am tendinţa să fiu **dispreţuitor.** Mă simt indignat în faţa unor situaţii. Pot chiar să fiu **umilit** şi am o dificultate în a mă apăra. Am tendinţa de urma doi maeştri sau doi profesori în acelaşi timp? Trebuie să îmi **conştientizez** nevoile şi să las lucrurile să meargă înainte, pentru a căuta ceea ce vreau. Acest lucru mă va ajuta să **conştientizez** că frica mea de a-mi lipsi ceva, nu are sens să se manifeste, deoarece voi trăi în abundenţă, pe toate planurile. Trebuie să găsesc un echilibru între ceea ce dau şi ceea ce primesc, între muncă şi timpul liber. Nu este nevoie să caut stimuli artifciali pentru a mă "hrăni" (droguri, mâncare, sexualitate etc.) trebuie doar să învăţ să mă iubesc aşa cum sunt. Am nevoie să îmi ofer "mici plăceri". Trebuie să ţin cont de percepţia mea, de opinia mea faţă de zahăr, sau faţă de plăcerile din viaţă, în general. Pentru mine, zahărul înseamnă ceva nociv, ca o otravă ? Refuz să îmi creez momente de bucurie sau mici cadouri, deoarece am impresia că nu le merit sau că voi fi considerat o persoană materialistă? Relaţia mea lipsită de armonie cu zahărul şi reprezentările sale la nivel afectiv

---

[63] Pancreasul este conectat la centrul de energie (chakra) plexului solar, care se află la baza sternului meu, la cativa centimetri deasupra buricului meu.

(**iubire**, tandreţe, blândeţe) îmi poate afecta **pancreasul.** **Conştientizez** faptul că atunci când **pancreasul** meu este în armonie, am o stare de echilibru, de pace, de bine. Mă simt la locul meu în viaţă şi mă simt bine în pielea mea.

Accept↓♥ faptul că, totul este o experienţă de viaţă, mă adaptez situaţiilor, îmi las emoţiile libere şi încetez să mai controlez, atât situaţiile, cât şi persoanele.

827. PANCREAS — PANCREATITĂ *Vezi şi: ANEXA III*

Trăiesc multă furie faţă de viaţă, deoarece nu îmi mai oferă "placeri dulci". Vreau să o resping. Am o furie imensă, mă simt prizonier faţă de o persoană sau o situaţie. Mă aflu într-un impas şi prefer să rămân pe loc, cu toate emoţiile care mă fac să mă simt neputincios, deoarece nu ştiu cum să le gestionez. Prefer să renunţ, în loc să fac un efort suplimentar. Sunt plin de nesiguranţă. Mă las purtat de viaţă. Nu mai am tonus, nici pe plan fizic, nici pe plan mental sau emoţional. În loc să aştept ca "plăcerile dulci" să vină spre mine, eu sunt cel care îşi poate oferi astfel de bucurii, ştiind că le merit.

Aleg să trăiesc. Îmi alung gândurile negre. În loc să îmi evit emoţiile, le primesc şi observ ce vor să mă înveţe. Observ toată tristeţea care se ascunde în spatele furiei. La o parte tot ceea ce nu îmi mai convine în viaţă şi îmi construiesc noi cadre de viaţă (la nivel personal, familial şi peofesional). Astfel îmi creez o nouă viaţă, plină de bucurie şi de fericire.

828. PANICĂ (atac de...) *Vezi: FRICĂ*

829. PARALIZIE (în general)

Paralizia este o imposibilitate de a acţiona, o oprire a funcţiilor şi a activităţii unuia sau mai multor muşchi. Poate afecta un organ, un sistem sau întreg corpul. Această boală este legată dorinţa **de a fugi de ceva, de a evita ceva**: oare încerc să evit sau să mă opun unei situaţii, unei persoane sau responsabilităţi ? De multe ori, **sunt paralizat de frică.** Ceea ce trăiesc mi se poate părea atât de insuportabil, încât vreau să mă "rup", să devin insensibil, având impresia că nu există nicio soluţie şi nu sunt capabil să îmi asum responsabilităţile. Este posibil să trăiesc sau să fi trăit un traumatism puternic, care îmi cere "să mă opresc" să trăiesc, deoarece este prea mult. Uneori, viaţa îmi cere să iau un timp de răgaz pentru a-mi re-evalua priorităţile şi, dacă mă fac că nu aud acest mesaj, poate apărea o **paralizie**, care mă obligă să mă opresc. Este posibil, de asemenea să existe o ură puternică sau o lipsă de încredere, care mă determină să nu mai acţionez. Astfel, nu mă pot înşela. Vreau cu orice preţ să îndeplinesc o dorinţă care nu se poate realiza: corpul meu se opreşte pentru a-mi transmite un semn, că este mai bine să accept↓♥ acest lucru. De asemenea, pot fi foarte rigid în gândire şi, dacă lucrurile nu se întâmplă cum vreau eu, reacţia mea este să mă retrag, să evadez. Este important să **conştientizez** presiunea care mă apasă, cu privire la ceea ce se întâmplă sau ce se va întâmpla, pentru a o controla şi a ajuta partea paralizată, să "revină la viaţă".

Este posibil să mă simt "**paralizat**" într-o situaţie, în care nu mă pot mişca sau care nu îmi oferă nicio perspectivă asupra alegerilor sau a acţiunilor pe care le pot face. Lipsa de iniţiativă sau faptul că nu pot găsi o ieşire într-o anumită situaţie, **mă paralizează.** Încotro să merg ? Poate este mai bine să rămân pe loc... Partea corpului care este afectată oferă indicaţii suplimentare despre cauza afecţiunii şi a fricii mele. Dacă, de exemplu, **piciorul meu drept este paralizat**, acest lucru poate avea o legătură cu frica faţă de ce mă aşteaptă la noul loc de muncă, în responsabilităţile mele din familie sau cele de cetăţean. Dacă nu pot evita o situaţie sau nu găsesc o ieşire, **picioarele mele paralizează.** Dacă nu pot respinge sau reţine o situaţie sau o persoană, **braţele** mele vor fi afectate. Dacă nu mai vreau să vorbesc sau să beau, nu mai ştiu cum să mă port, **gura** poate **paraliza**. Când sunt afectat de **paralizie**, simt că întreaga lume se **prăbuşeşte.** Mă simt ca şi cum aş primi o **palmă** direct în faţă şi poate apărea o **paralizie facială**. Aceasta exprimă frica mea viscerală de a-mi arăta sentimentele, de care îmi este ruşine. Sunt **paralizat** la gândul că voi fi văzut aşa cum sunt cu adevărat. **Paralizia infantilă** scoate în evidenţă sentimentul bebeluşului de a fi prizonier. **Cvadriplegia** sau **tetraplegia** [64] scoate la **lumină** sentimentul meu profund, conform căruia, orice aş face, nu pot fi la înălţime sau nu pot satisface aşteptările tuturor. Chiar dacă "mă tai în patru bucăţi", fac tot posibilul pentru ceilalţi, nu foloseşte la nimic.

Conştientizez faptul că ă paralizez eu însumi", cu atitudinea mea negativă faţă de ceea ce sunt. Mă simt victimă, mă simt "**paralizat**". Faptul că nu sunt în contact cu **inima♥** mea şi cu emoţiile mele, mă împiedică să avansez, să evoluez. Rămân în cochilia mea, agăţat de trecut. Angoasa mă **paralizează.** Vreau să îmi anesteziez durerea interioară.

Accept↓♥ să observ care situaţie din viaţa mea este "**paralizată**" şi pe care trebuie să o schimb sau să o ameliorez pentru a-mi dezvolta starea de bine interioară. Renunţ la trecutul pe care vreau să-l "fixez" şi mă îndrept spre viitor, ştiind că ce este mai bun va veni de acum înainte. Am grijă de mine: fac lucruri pentru mine. În loc să vreau să îi controlez pe ceilalţi şi situaţiile din exterior, preiau controlul asupra propriei mele vieţi ! Învăţ să accept↓♥ **iubirea** celorlalţi. Muşc din viaţă cu poftă !

830. PARALIZIE CEREBRALĂ *Vezi: CREIER — PARALIZIE CEREBRALĂ*

831. PARALIZIE INFANTILĂ *Vezi: POLIOMIELITĂ*

832. PARANOIA *Vezi: PSIHOZĂ— PARANOIA*

833. PARKINSON (boala a lui...) *Vezi: CREIER — PARKINSON [BOALA A LUI...]*

834. PAROTIDE *Vezi: GLANDELE SALIVARE*

835. PARTEA DREAPTĂ *Vezi: MASCULIN [PRINCIPIU...]*

---

[64] **Paralazie** care afectează simultan cele 4 membre

836. PARTEA STÂNGĂ *Vezi: FEMININ [PRINCIPIU...]*

837. PĂR (în general)

Părul protejează pielea capului şi simbolizează forţa, vitalitatea, libertatea, frumuseţea şi puterea (de exemplu, povestea lui Samson şi a Dalilei, din Biblie). **În cazul femeilor**, părul reprezintă puterea de atracţie, seducţia, iar în cazul **bărbaţilor**, virilitatea. Părul este legat direct de demnitatea de a fi, de esenţa puterii, de imaginea de sine. Prin păr intru în contact cu energia spirituală, cosmică sau supracosmică. De asemenea, reprezintă relaţia cu tatăl sau echivalentul acestuia. **Părul** creşte aproape de cea de a şaptea chakră sau centru de energie, chakra coloanei. Firele de păr sunt nişte "antene" deoarece leagă planul fizic de cel spiritual.

Rădăcina părului şi a firelor de păr, în general, simbolizeză înrădăcinarea lumii spirituale în lumea fizică. Descriind starea părului meu, descriu relaţia pe care partea mea spirituală o are cu partea mea raţională, fizică. Într-o anumită măsură părul simbolizează latura mea feminină, creativitatea, intuiţia mea. Părul fiind în continuă creştere îşi reaminteşte faptul că, în calitate de fiinţă umană trebuie să mă responsabilizez faţă de creşterea mea personală sau de faptul că am puterea de a schimba vechile moduri de a gândi, vechile mele scheme mentale, care îmi frânează evoluţia. **Părul** face referire la intuiţie şi este simbolul feminităţii. Este interesant de observat că, bărbaţii care poartă părul lung au de obicei un suflet de artist. Sau poate fi vorba despre tineri care se opun autorităţii din societate şi vor să îşi recupereze puterea interioară, **în inimă♥** şi în vocea lor interioară. Starea părului este, de asemenea, reprezentarea puterii sexuale, genitale şi reproductive. **Părul** este asociat cu glandele suprarenale (energia de frică sau de încredere) care sunt legate de moştenirea ancestrală (cea de a doua chakră). Există multe mituri referitoare la **păr** (blond, brunet, persoanele chele...) Este important de ştiut că părul exprimă imaginea puterii pe care o am pentru a-mi conduce viaţa. Ce vreau cu adevărat în viaţă ? Am impresia că ceilalţi sunt cei care îmi conduc viaţa ? Forţa şi curajul de a prelua hăţurile vieţii mele îmi vor întări sentimental de libertate şi vigoarea **părului** meu. **Părul** reflectă bucuria de a trăi a unei persoane, iar curăţenia sa indică interesul pe care îl are pentru a avea grijă de el, de a fi aici. Observ diferitele stări ale **părului** meu, care corespund diverselor stări interioare (păr tern, subţire sau casant, des etc.)

Accept↓♥ să rămân deschis faţă de această minunată putere pe care o reprezintă **părul** meu !

838. PĂR (boli de...)

Există mai multe cauze care pot duce la apariţia afecţiunilor **părului:** un puternic şoc emoţional (ca o sperietură puternică), o reacţie excesivă de neputinţă faţă de o anumită situaţie, un conflict latent sau mai multe sentimente refulate precum disperare, nelinişti, îngrijorare. Apare nervozitatea, creşte instabilitatea emoţională, iar forţele şi resursele mele interioare se epuizează. Trăiesc o dezordine interioară. Acestă nesiguranţă provine din frica mea de moarte sau din faptul că nimic nu este permanent, că totul se poateschimba brusc şi fără niciun avertisment. S-a instalat îndoiala în faţa spiritualităţii şi îmi pun multe întrebări. Îl caut pe Dumnezeu sau manifestarea lui în viaţa mea şi am nevoie ca "ceva" să mă atingă în adâncul fiinţei mele, dar în acelaşi timp, sunt speriat, deoarece mă simt vulnerabil. Mă închid în faţa enrgiilor vitale, iar părul meu îşi schimbă aspectul. Cade, devine gras sau uscat, albeşte **(păr alb)**, îşi pierde strălucirea. Apare **mătreaţa,** ca un rezultat al unui conflict interior faţă de mine şi rolul meu social. Am impresia că nu reuşesc să strălucesc, să mă remarc în lume (sentiment prezent în majoritatea afecţiunilor legate de **păr**).

Aş vrea să ajung mai sus, să fiu şeful, dar nu reuşesc. Mă simt separat de lume şi nu înţeleg de ce mă aflu în ignoranţă, ceilalţi nu sunt în stare să îmi dea motive sau argumente pentru a-şi justifica acţiunile sau vorbele. Nivelul meu de stres este ridicat tot timpul şi obosesc foarte uşor. Aspir spre autonomie, la recunoaşterea celorlalţi, la o comunicare adevărată şi clară. **Foliculita** (inflamarea foliculior) arată faptul că nu mă simt protejat. Sunt ca un porc spinos, mă simt înţepat în punctele vitale. **Un păr casant** indică faptul că mă simt împărţit între a prelua "hăţurile" vieţii mele şi a lăsa această putere altcuiva, deoarece într-o anumită măsură îmi convine acest lucru. Îmi ascult intuiţia sau raţiunea ? Mă simt neputincios şi rezist în faţa schimbării. Pot trăi o situaţie în care îmi simt **inima♥** ruptă, deşirată şi trebuie să clarific această situaţie. Am nevoie de oxigen ! Este primul lucru pe care îl putem face dacă vrem să redăm forţa şi vitalitatea **părului** nostru.

Accept↓♥ faptul că am nevoie să îmi schimb gândurile şi atitudinile faţă de situaţiile din viaţa mea. Accept↓♥ să fiu deschis şi observ ce se întâmplă în acest moment, mai ales felul în care mă comport când înfrunt anumite situaţii din viaţă şi încetez să **îmi mai smulg părul din cap** ! Accept↓♥ să mă bucur de viaţă şi sunt mai tolerant faţă de mine însumi.

839. PĂR — CALVIŢIE

Calviţia este pierderea parţială sau totală a **părului.** Deşi apare mai frecvent la bărbaţi, tot mai multe femei sunt afectate la rândul lor. Părul reprezintă oglinda unei anumite forţe interioare şi a rădăcinilor mele. Mă gândesc la Samson (din scrierile din Vechiul Testament) care îşi pierde forţa după ce i-a fost tăiat părul... Părul reprezintă legătura dintre planul fizic şi cel spiritual, ceea ce mă leagă de cosmos şi de energia spirituală. Adeseori este comparat cu o formă de antenă pentru lumea de dincolo. Se spune că principala cauză a **calviţiei,** mai frecventă la bărbaţi, este ereditatea. Printre diversele tipuri de **calviţie** se numără tipul **chel şi bărbos,** asociat cu un individ care îşi foloseşte mai mult facultăţile intelectuale de cât pe cele emoţionale.

Pierderea părului (alopecie) simbolizează faptul că m-am îndepărtat de divinul din mine. Sunt o persoană axată mai mult pe planul material decât pe cel spiritual. Este posibil să am o intuiţie puternică, dar prefer să mă axez mai mult pe planul material şi raţional. Dacă îmi pierd **părul** înseamnă că trăiesc frecvent situaţii în care **tensiunea este atât de mare,** încât îmi vine să "îmi smulg părul din cap". Există mai multe experienţe traumatizante sau stresante care pot accelera procesul de calviţie: o naştere care poate fi o sursă de frică şi de nelinişte, un şoc emoţional puternic, o separare, multă tensiune acasă sau la muncă, nevoia de a se depăşi pe plan material sau o devalorizare pe plan intelectual. Atunci când am o mulţime de nelinişti şi frici puternice, îmi pierd contactul cu puterea mea interioară divină. Deoarece **îmi pierd părul**, îmi pun întrebarea ce cred că **pierd** în viaţa mea sau **ce îmi este teamă că voi pierde în viitor** (poate ceva sau pe cineva). Sau mă pot revolta: vreau să mă eliberez de această presiune care mă sufocă. Vreau să fiu eu însumi şi să încetez să trăiesc în funcţie de obligaţiile exterioare. Prin faptul că îmi pierd **părul,** mă eliberez de ceea ce mă ţine închis. Probabil am primit foarte puţină tandreţe, mai ales din partea tatălui meu şi am tendinţa de a mă revolta în faţa autorităţii. Sunt mai degrabă materialist şi spiritualitatea ocupă un loc puţin important în viaţa mea. Încerc pe cât posibil să controlez totul, deoarece îmi este teamă să mă deschid şi să pierd controlul. Mă închid în structuri rigide, obligaţii care nu îşi au sens. Sunt împrăştiat, gândurile mele sunt încâlcite, înceţoşate. Sunt atât de disperat în legătură cu o situaţie din viaţa mea încât "îmi smulg părul din cap". Trăiesc o ruptură interioară ca pe un **calvar.** Nu vreau să nu fiu alături de copii mei şi astfel să pierd **iubirea** lor. Am tendinţa de a mă devaloriza pe plan intelectual şi mă simt nedreptăţit. Dacă, la un moment dat, aveam o uşurinţă sau un anumit talent într-o activitate în care excelam, iar acum "performanţa" mea s-a schimbat şi a decăzut, **părul** meu va cădea la rândul său. Refuz funcţia de bază a vieţii, sub pretextul că pot face mai mult decât aceasta. Orice frică interioară duce la incapacitatea de a acţiona, la disperare şi tensiuni care mă epuizează. Este o iluzie să poţi crede că vei face lucrurile mai bine decât viaţa însăşi. Nu trebuie să mă lupt cu viaţa, deoarece ea este **mereu cu mine** pentru a mă sprijini şi mă va ajuta dacă o ascult şi dacă rămân deschis.

Pentru a opri procesul de pierdere a **părului** şi pentru ca acesta să crească din nou, accept↓♥ să fac schimbările cuvenite în viaţa mea, care mă vor elibera de această încărcătură suplimentară pe care am acceptat↓♥ să o port şi de care acum nu mai am nevoie. Accept↓♥ să am încredere în viaţă cu certitudinea că totul va fi mai bine.

În loc să îmi caut forţa în exteriorul meu (simbolizată de **păr)** accept↓♥ să caut în adâncul meu şi să extrag de acolo toată forţa şi curajul de care am nevoie pentru a merge mai departe spre o nouă etapă din viaţa mea. Învăţ să integrez regulile în viaţa mea într-un mod armonios, ştiind că acestea există pentru binele meu şi pentru binele tuturor. Accept ↓♥ să cer vieţii cu seninătate ceea ce am nevoie, iar viaţa îmi va dărui ceea ce merit. Acesta este începutul, trebuie să am încredere în viaţă şi în fiinţa mea interioară şi să descopăr peste tot soluţiile, deoarece acestea există ! Toată lumea există pentru a mă ajuta ! De ce aş mai avea nevoie de altceva ?

840. PĂR GRIZONAT

Părul grizonat simbolizează înțelepciunea. Totuși, apariția bruscă a firelor de păr albe este legată de stres, de o situație în care am trăit un șoc emoțional puternic. Când acest lucru se întâmpla la vârsta de douăzeci de ani, reprezintă existența unor neliniști puternice (tensiune sau stres) conștiente sau inconștiente, raportate la faptul de a te lăsa îndrumat pe plan spiritual. Oare cred că am nevoie să trăiesc sub presiune și presiunile din viața mea sunt necesare pentru "binele" meu ?
Este posibil să fie vorba despre un model legat de performanță în această viață. De obicei, **părul grizonat** apare odată cu vârsta și acest lucru înseamnă o scădere a vigorii și a forței vitale. Apare în momentul în care este important pentru mine să **conștientizez** faptul că trăiesc pentru ceilalți și nu pentru mine însumi. Sunt presat de societate, de familie, de prieteni, de obligațiile legate de muncă. Trăiesc în ritmul celorlalți în loc să trăiesc în ritmul nevoilor mele personale. Când am râs ultima data în hohote? Deoarece părul reprezintă puterea mea, este bine să mă întreb cui vreau să cedez această putere, dacă nu aș vrea acest lucru **părul** și-ar păstra culoarea naturală.

Îmi revizuiesc atitudinile și accept↓♥ faptul că viața continuă așa cum este, nici mai mult nici mai puțin și mă eliberez de sarcina de a fi competitiv. Descopăr comorile ascunse în mine. Accept↓♥ faptul că **părul meu gri** este semnul care anunță o renaștere a adevăratului "eu", a unei nou vieți pline de bucurie. Merg spre o direcție nouă. Am grijă de mine. Accept↓♥ toate emoțiile pe care le am, care fac din mine o ființă extraordinară. Nu mai sunt sclavul timpului și al obligațiilor. Poate voi fi deranjat de noua imagine pe care o proiectez, dar a sosit momentul să trăiesc la nivelul lui "a fi", în loc de "a părea".

841. PĂR — PELADĂ

Pelada este o boală a pielii caracterizată prin **căderea părului** în plăci rotunde. Poate proveni în urma unui șoc emoțional, a furiei sau a pierderii respectului de sine, care generează rușinea, a renunțării la partea mea spirituală sau la ceea ce mă ține conectat la valori mai înalte. Uneori am senzația că sunt **un gunoi**, că gradul meu de inteligență este redus comparativ cu alți oameni și aces lucru îmi provoacă dificultăți în relațiile mele. Sau am fost **oripilat** de ceva sau de către cineva. Este ca și cum integritatea mea a fost atinsă sau mi-am pierdut protecția. Este posibil să fi trăit o separare, mai ales în relație cu mama și acum îmi fac multe griji. Am tendința de a fi "viclean ca o vulpe" pentru a ieși din situațiile stânjenitoare și evit astfel să îmi asum unele responsabilități. Adeseori am impresia că trebuie "să îmi susțin cauza" pentru ca ceilalți să mă asculte sau să mă creadă. Nesiguranța pe care o simt mă determină să trăiesc o frică puternică, care se manifestă repetitiv. Faptul de a-mi pierde **părul** mă poate trimite la imaginea tatălui meu care, la rândul lui și-a pierdut părul. Dacă tatăl meu a murit sau este foarte bătrân, mi se amintește mereu că trebuie să mă separ de el, dacă încă nu am făcut acest lucru. Când mă uit în oglindă, este ca și cum l-aș vedea pe tatăl meu și acest lucru mă deranjează. Poate aș vrea chiar să neg legătura dintre noi.

Accept↓♥ să fac pace cu mine însumi și să găsesc soluții care mă vor ajuta să trăiesc în armonie cu aspirațiile mele cele mai înalte.

842. PĂR (pierderea...) *Vezi: PĂR — CALVIȚIE*

843. PĂR DE PE CORP *Vezi și: PĂRUL CAPULUI [PIERDEREA...]*

Părul de pe corp are o dublă funcție: de a proteja și de a încălzi. **O pilozitate excesivă în cazul femeilor**, denumită **hirsutism** se datorează unui deranjament hormonal. Este o problemă care apare de obicei, în adolescent sau la menopauză. Acest dezechilibru hormonal este legat de faptul că nu mă poziționez destul de mult. Vreau să acționez (aspectul yang, masculin al persoanlității) dar nu reușesc, așa cum aș vrea eu. Prin urmare, devin autoritar. Îmi protejez pielea prin **fire de păr** inutile și mă protejez astfel pe mine. Oare mă simt bine în pielea mea de **femeie** ? Ce vreau să schimb în viața mea ? Refuzul unor anumite aemoții pe care le am, precum latura mea feminină (afectivă și creativă) mă împiedică să avansez. Vreau să controlez totul, să analizez prin prisma rațiunii și am tendința de a mă subestima: astfel îmi las la o parte spontaneitatea. O **pilozitate abundentă**, atât la femei cât și la bărbați denotă o imensă nevoie de contact, de energiile și de forțele primitive, foarte prezente, care pot fi pozitive dacă sunt folosite într-un mod conștient. Totuși, dacă acestea îmi controlează într-un mod exagerat viața și deciziile pe care le iau, atunci apare o **pilozitate** "anormală". De aici pot decurge comportamente compulsive și afresive, care se manifestă printr-o autoritate exagerată și prin egoism. Am o personalitate de "războinic". Când apare o **cădere a firelor de păr** (în urma unei boli sau a unui șoc), mă simt dezarmat și singur pe lume. Energia vitală își pierde puterea. Oare ce am impresia că voi pierde în viața mea? În ceea ce privește **căderea genelor**, aceasta are legătură cu ochii și cu privirea. În acest caz, îmi este teamă să privesc ceea ce mi se întâmplă, să fac față acestor lucruri. Trăiesc o anxietate, deoarece știu că nu mă pot întoarce în trecut. Astfel, de exemplu, îmi pot vedea copilul plecând de acasă: am depășit un punct în care nu mai există cale de întoarcere. Sau mă simt **incompatibil** cu o situație sau cu o anumită persoană. Mă simt amenințat de ceilalți, constrâns să fac ceva. Dacă firele de păr sunt afectate de **foliculită** (inflamație a rădăcinii unui fir de păr) mă întreb de ce simt nevoia să devin ca un arici. Mă apăr mai ales pentru că nu îmi pot exprima nevoile. Îmi fac multe griji pentru detalii. Mă simt "jupuit de viu".

Chiar dacă, în trecut i-am lăsat pe ceilalți să îmi controleze viața și acest lucru mă sufoca, accept↓♥ să devin stăpân pe viața mea. Ascultându-mi vocea interioară, știu că voi fi mereu protejat. Sunt deschis în comunicarea cu ceilalți, îmi accept toate emoțiile, ceea ce îmi va oferi un echilibru cu partea mea rațională. Merg mai departe în siguranță, mă simt înconjurat mereu de **iubire** și de tandrețe.

844. PĂR- PECINGINE *Vezi: PĂR [PIERDEREA...] / CALVIȚIE / PELADĂ*

Pecinginea este o ciupercă parazită contagioasă care afectează suprafața pielii, a firelor de păr, a pielii capului și a unghiilor.

Mă las atins,"atacat","distrus", deranjat de ceilalţi, deoarece am o slabă încredere în mine şi sunt vulnerabil. Mă simt urât, murdar, fără vlagă. Pot avea impresia că pierd controlul în anumite situaţii. Astfel, şapca mea de şef (**părul**) va fi afectată. Este posibil să mă simt foarte deranjat de propunerile celorlalţi şi să fiu afectat de ideea pe care o au aceştia "dacă pălăria te defineşte, poart-o !" (după o expresie din Quebec având ca echivalent "cine se simte murdar, se murdăreşte". Îi las pe ceilalţi să decidă pentru mine. Am fost separat de familie sau de cineva la care ţin foarte mult şi acest lucru mi se pare foarte urât.

Accept↓♥ să îmi ocup locul, să am încredere în mine. Doar eu am putere asupra vieţii mele.

845. PEDICULOZA *Vezi: PĂDUCHI*

846. PEDICULOZĂ PUBIANĂ *Vezi şi: VENERICE (BOLI...)*

Mă simt vinovat, murdărit prin faptul de a avea relaţii sexuale în afara cadrului permis de societate. Sunt dependent de alţii - este mai simplu pentru mine să fiu supus decât să-mi asum riscul de a fi respins. Îmi simt invadat spaţiul şi intimitatea. Dacă sunt copil, sunt foarte sensibil la critic şi mă simt parazitat.

847. PELADA *Vezi: PĂR — PELADĂ*

848. PELVIS *Vezi şi: BAZIN, ŞOLDURI*

Pelvisul reprezintă deschiderea zonei pelvine, susţinută de şolduri şi de coloană. Afecţiunile din această zonă sunt de multe ori percepute ca nişte dureri ascuţite. Zona pelvină, susţinută de şolduri, este zona care mă ajută să avansez, să fiu în mişcare şi să mă "**lansez**" în **viaţă sau într-un nou proiect**. Proiectul poate însemna naşterea unui copil sau o renaşterea personală, mai ales prin atitudini şi comportamente noi. Acestea implică o comunicare pe plan sexual sau interpersonal. Ezit să mă angajez într-un proiect sau într-o relaţie sau, din contră, pot avea o dificultate în a mă dezangaja de o responsabilitate, dintr-o relaţie, un loc de muncă sua o promisiune făcută cuiva. Mă simt încolţit, mi s-a îngrădit libertatea. O **torsiune recidivantă sau cronică** în zona pelvisului, indică în general, o dificultate a mă adapta la aspiraţiile mele intelectuale, la dorinţele mele şi la viaţa mea materială: "Sunt atât de multe lucruri pe care aş vrea să le îndeplinesc, dar nu pot din diverse motive..."

Accept↓♥ să am încredere în deciziile pe care le iau cu privire la noile direcţii pe care le aleg şi la capacitatea mea de a descoperi toată bogăţia lumii mele interioare şi toate posibilităţile care mi se oferă.

849. PENIS (afecţiuni ale...)

Penisul este organul masculin cu funcţie reproductivă. Reprezintă aspectul masculin, forţa, masculul procreator şi siguranţa afectivă. Când apare o afecţiune la nivelul **penisului** sau al testiculelor, aceasta indică un conflict puternic în exprimarea masculinităţii mele. Este posibil să fie vorba despre un conflict apărut în relaţie cu mama mea ? Fac legătura cu **iubirea** maternă pe care am avut-o şi care nu era aşa cum îmi doream. Trebuia să mă autodepăşesc pentru a fi iubit? M-am adaptat la ceea ce credeam că ceilalţi aşteptau de la mine, ca şi bărbat ? Sunt fericit că sunt bărbatul care sunt acum ? Am devenit uşor fatalist în relaţiile mele afective. Am impresia că nu mai controlez nimic şi mă închid în mine însumi.

Accept↓♥ să înlătur masca de bărbat puternic şi îmi pun întrebări legate de relaţia mea cu cele două aspecte care se găsesc în mine: cel masculin şi cel feminin. Accept↓♥ această vulnerabiliate şi intru în contact cu înţelepciunea mea interioară. Îmi ofer **iubire** necondiţionată, mă accept↓♥ aşa cum sunt. Îmi folosesc creativitatea în întregime, atât în aspectul masculin, cât şi în cel feminin şi strălucesc de bucuria de a folosi pe deplin toate posibilităţile mele.

850. PERETE (ANATOMIC)

Peretele anatomic este partea care limitează o cavitate a corpului sau a unui organ (precum vezica, intestinal gros, vezica biliară, intestinal subţire, stomac). Dacă acest **perete** este afectat, trebuie să mă întreb faţă de cine mă simt fragil. Am impresia că nu am puterea de a schimba lucrurile. Mă simt limitat faţă de o situaţie sau un rol pe care nu l-am ales eu. Vorbele mele nu ies aşa cum vreau eu, nu mă simt "**regele**", stăpânul vieţii mele. Trăiesc o stare de supunere din cauza faptului că nu mă respect destul şi a îndoielilor care mă paralizează. Mă simt separat, închis, diferit de ceilalţi. Îmi este greu să trasez limite, să mă fac respectat în nevoile mele. Este important să citesc referirile la organul afectat, pentru a avea mai multe informaţii despre ceea ce trăiesc.

Accept↓♥ să reiau contactul cu nevoile mele şi cu emoţiile mele. Le exprim cu toată încrederea, cu respect faţă de mine însumi şi faţă de ceilalţi. Acţionez şi astfel redevin stăpân pe viaţa mea !

851. PERICARDITĂ *Vezi: INIMĂ♥ — PERICARDITĂ*

852. PERITONITĂ *Vezi şi: APENDICITĂ*

Peritonita este inflamaţia cronică sau, cel mai adesea, acută, a **peritoneului**. Provoacă, de obicei, o durere abdominală, resimţită ca "o lovitură de cuţit" şi însoţită de vărsături.

Această durere abdominală indică faptul că există o dezordine afectivă, o nevoie de a-mi calma frica de abandon. Nu am ţinut cont de semnalele transmite înainte de corpul meu. **Peritonita** indică faptul că aceste dureri au aceeaşi intensitate ca şi emoţiile mele ne-exprimate. Acestea sunt atât de puternice şi de vii în interiorul meu încât explodează. Suferinţa mea erupe astfel la suprafaţă. Este o formă de autodistrugere, un mod de a spune: "De ce sunt atât de dur cu mine însumi ? Sunt iritat şi agresiv "din cauza celorlalţi". Mă simt atacat, ca şi cum "aş fi primit o lovitură în burtă". Simt nevoia de a mă proteja, de a-mi crea o carapace. Este posibil, de asemenea să existe o durere care mă roade pe dinăuntru. În loc să mă consider o victimă, accept↓♥ să fiu un receptor al **iubirii** şi să fiu responsabil, atât pentru bucuriile mele, cât şi pentru suferinţele mele. Examinez situaţia care mă preocupă, dintr-o perspectivă nouă şi renunţ la ea, indiferent de circumstanţe sau de persoana implicată. Incetez să-i mai critic pe ceilalți, deoarece nu corespund așteptărilor mele. Folosesc inteligența **inimii♥** pentru a vorbi calm cu persoana în cauză, pentru a înțelege și a rezolva situația. Indiferent de receptivitatea celuilalt, aleg să las să circule **iubirea** în mine și în jurul meu.

Accept↓♥ să îmi iau fericirea în mâini, indiferent de circumstanțe. Eu sunt singurul responsabil de viața mea. Când mă relaxez, întreg corpul meu se relaxează și astfel îmi gestionez mult mai bine emoțiile și totul devine fluid și armonios.

853. PERONEU *Vezi: PICIOR — PARTEA INFERIOARĂ*

854. PETE ROȘII *Vezi: PIELE [AFECȚIUNI ALE...]*

855. PETE DE VIN *Vezi: PIELE — PETE DE VIN*

856. PICIOARE (în general)

Picioarele reprezintă contactul meu cu pământul și energia lui hrănitoare. **Picioarele** au o legătură cu relația și conflictele pe care le am cu mama mea, situații care uneori pot merge până la momentul concepției. **Picioarele** îmi conferă stabilitate în deplasarea mea spre un scop, o dorință sau o direcție. Mă ajută să mă simt în siguranță în relația mea cu universul. Reprezintă poziția mea socială și poziția pe care o adopt față de situațiile care apar în viața mea. Faptul de a avea un **picior stâng** mai puternic decât **piciorul drept** sau invers, îmi poate indica diferitele tendințe pe care le am în contactele mele cu solul sau în deplasările mele, atât fizice cât și mentale sau spirituale. Dacă merg cu picioarele îndreptate spre exterior, este posibil să trăiesc o confuzie cu privire la direcția pe care merg sau să îmi risipesc energia în diverse proiecte, în timp ce, dacă picioarele sunt îndreptate spre interior, trăiesc o închidere sau o rezistență față de direcțiile pe care le aleg în viață.

857. PICIOARE (afecțiuni ale)

Cu ajutorul **picioarelor** mă deplasez în viață. Creierul meu este postul de comandă al picioarelor mele. Reflexologia ne învață că, întreg corpul nostru este repartizat pe toată suprafața picioarelor. Prin urmare, orice problemă care are legătură cu picioarele, mă ajută să aflu ce zonă a corpului meu este afectată. O problemă a picioarelor, indică un conflict între direcție și mișcare, dificultatea mea de a merge spre un scop și indică, de asemenea, nevoia mea de a avea mai multă stabilitate și siguranță în viață. Viitorul și orice formă de imprevizibil, mă sperie. Îmi este greu să uit trecutul. Mă pot întreba care este situația conflictuală pe care o trăiesc față de mama mea (fie că trăiește, fie că nu): în legătură cu Terra, care este simbolul mamei, în sensul larg al termenului și raportat la picioarele mele, care sunt aproape tot timpul în legătură cu pământul, care ar putea fi situația pe care o trăiesc sau inconfortul pe care îl am față de sentimentul meu de fuziune cu mama ? Sau poate îmi doresc să mă distanțez de ea și acest lucru este dificil, sau visul meu de a fi mereu lângă ea, nu se materializează, deoarece există un context care face acest lucru imposibil. Am o dificultate de a mă detașa de cuibul familial ? Mă las ușor "călcat pe picioare ?" Picioarele mele pot reacționa dacă, un membru al familiei se află pe punctul de a-și părăsi corpul fizic: știu, inconștient, că va fi "pus în pământ" și refuz această realitate. Aș vrea să fac totul pentru a-l ajuta. Când mă **dor picioarele**, trebuie să încetinesc pasul. Oare mă dor din cauza problemelor și a descurajării față de responsabilitățile mele și de lucrurile pe care le am de făcut, care mi se par imposibil de realizat ? Sau, din contră, merg cu 300 de kilometri pe oră și corpul meu îmi spune să încetinesc înainte de "a face un accident" ? Port responsabilități grele și îmi este greu să urmez cursul normal al lucrurilor. Vreau să grăbesc lucrurile și mă sprijin pe ceilalți, în loc să mă sprijin pe resursele mele interioare. Îmi este teamă că nu voi putea "pune pe **picioare**" un proiect, o afacere. **O crampă** la piciorul drept sau la piciorul stâng, indică la ce nivel se situează ezitarea mea sau refuzul de a înainta spre direcția pe care merg.

Am o piedică la picior spre interior sau spre exterior ? Trebuie să mă poziționez într-o anumită situație și îmi este teamă că nu voi ști "pe ce picior să dansez", ce să aleg. Dacă îmi scrântesc piciorul, vreau să plec, să mă distanțez de o persoană, dar sunt obligat să rămân. Dacă **mă lovesc la un picior**, cineva sau ceva îmi va conduce viața. Dacă apare o **fractură**, mă încăpățânez să merg într-o direcție și viața îmi cere să mă opresc și să îmi re-evaluez viața și deciziile pe care trebuie să le iau. Un **platfus** indică o coloană vertebrală foarte dreaptă, foarte rigidă: deci, o structură puțin flexibilă. Limitele mele personale sunt slab delimitate deoarece nu există niciun spațiu între piciorul meu și pământul pe care calc. Îmi abandonez identitatea. Astfel, mă simt vulnerabil și, pentru a mă proteja, voi "survola" suprafața lucrurilor, în loc să am un contact mai profund și să "prind rădăcini", fie că este vorba despre o relație afectivă, fie în mediul profesional sau în alt domeniu. Acest lucru are drept consecință faptul că voi amesteca, indiferent de ce se întâmplă, viața profesională cu cea personală, ambele șchipătând destul de des și, în detrimentul celorlalte relații pe care le am. Faptul că pământul simbolizează mama și picioarele mele se lipesc aproape tot timpul de "mamă" indică o nevoie de apropiere, de fuziune, conștientă sau nu, de mama mea sau persoana care joacă acest rol în viața mea. Vreau să rămân "lipit" de ea. Dacă încă am curbura piciorului foarte înaltă, acest lucru indică o deplasare greoaie, o coloană vertebrală prea încărcată și faptul că viața profesională și cea privată sunt foarte clar separate. Acest lucru mă determină să fiu tăcut și distant, fiindu-mi greu să încep o comunicare cu ceilalți și să merg înaintea lor. În acest caz, în relația cu mama mea, am tendința de a fugi, mai degrabă. Vreau să fiu autonom, diferit de ea. **Picioarele umflate** denotă o reținere a emoțiilor cu privire la direcția pe care merg în viață. Excesul de emoții care se eliberează este manifestat prin **transpirație.** Există ceva ce tenează în viața mea ("își târâie picioarele) și vreau ca lucrurile să se miște mai repede ! Îmi este teamă că rămân în urmă. **Picioarele reci,** înghețate, indică o legătură felul în care văd relația cu mama mea. Poate fi vorba, pur și simplu de comunicarea cu ea, pe care o consider distantă și rece. Sau poate fi vorba despre o situație care are legătură cu moartea, care mă îngheață.

Dacă merg **în vârful picioarelor**, mă pot întreba de ce am nevoie să mă ascund şi să trec neobservat? Este ca şi cum ar trebui să mă salvez tot timpul de ceva (la fel ca şi în cazul unui **picior diform**, care simbolizează nevoia mea de a fugi de ceva). Aspiraţiile mele spirituale sunt foarte înalte şi îmi este greu să fiu în contact cu lumea fizică.

Accept↓♥ să îmi iubesc **picioarele**, deoarece ele sunt cele care îmi transportă întreaga fiinţă pe drumul vieţii. Cu cât le iubesc mai mult, cu cât le accept↓♥ mai mult, cu atât va fi mai uşor să funcţioneze normal. Aleg să urmez calea bucuriei, în armonie cu aspiraţiile mele profunde. Reluând contactul cu rădăcinile mele, pot astfel să mă împlinesc şi să avansez cu graţie şi determinare.

858. PICIOARE - GAMBE (în general) *Vezi şi: SISTEM LOCOMOTOR*

Picioarele simbolizează deplasările mele şi autonomia mea. Mă transportă înainte sau înapoi, îmi conferă propria direcţie, stabilitate, soliditate şi o aşezare fermă. **Reprezintă puterea şi capacitatea mea de a avansa în viaţă, de a merge înainte**, lăsând trecutul în urmă. **Picioarele** mă ajută să merg sau să nu merg spre întâlnirea cu oamenii, să mă apropii sau să mă îndepărtez de ei. **Picioarele** sunt. de asemenea. legat de mamă (pământul-mamă). **Piciorul stâng** reprezintă latura emoţională şi faptul de a nu putea merge într-un loc, chiar dacă vreau acel lucru. **Piciorul drept** reprezintă partea raţională şi faptul de a nu merge într-un loc, chiar dacă trebuie să merg în acel loc. **Picioarele** exprimă relaţia mea cu faptul de a avansa, de a mă mişca. Ele reflectă de asemenea orientarea pe care o aleg în viaţă (munca, familia, sexualitatea etc.) şi direcţiile pe care le urmez. Reprezintă, de asemenea, totalitatea relaţiilor cu cei din jurul meu. O afecţiune a **picioarelor** poate indica faptul că sunt prea înrădăcinat în rutina mea cotidianţă, în zona mea de confort. **Picioarele** slabe indică faptul că există puţină energie care circulă prin ele, ceea ce reflectă o lipsă de siguranţă, o incapacitate de a sta în picioare şi de a fi puternic în faţa unei anumite situaţii sau a unei persoane. Am tendinţa de a fi dependent de ceilalţi. Îmi caut motivaţia şi susţinerea la ceilalţi, în loc să le găsesc în interiorul meu. Grosimea picioarelor mele poate transmite, de asemenea, unele informaţii: dacă am **picioare subţiri**, îmi este mai greu să fiu conectat la lumea fizică, materială şi aş prefera să deleg responsabilităţile, în loc să mi le asum. Dacă am **picioare groase**, acestea suportă o greutate prea mare: responsabilităţile pe care mi le asum (mai ales pe plan material) şi uneori şi ale celorlalţi, pe care le accept↓♥ din "obligaţie".

859. PICIOARE - GAMBE (afecţiuni ale...)

Când am o dificultate la **picioare**, trebuie să îmi pun următoarea întrebare: „Care este situaţia actuală sau viitoare, care mă face să îmi fie frică de viitor ?" Mă opun schimbărilor, mă simt "paralizat", limitat şi pot fi atât de speriat încât aş vrea să "îmi iau picioarele la spinare", să fug. Dar oare aceasta este soluţia ? Cu cine am dificultăţi relaţionale, care sunt sursa tensiunilor şi a conflictelor ? O problemă la **picioare** poate însemna impresia mea că nu sunt **sprijinit** de ceilalţi şi mai ales, de mama mea. Mă **scufund** sub responsabilităţi. Îmi este greu să mă sprijin pe un picior sau pe ambele picioare. Există deplasări care mi se par foarte dificile de făcut, de exemplu când mă întreb dacă este cazul să mă îndepărtez de tatăl meu sau vreau să apropii de o anumită persoană. Nu vreau să mă mişc. Îmi este teamă că viaţa mea, care pare atât de bine structurată, va suferi prea multe schimbări. Am aspiraţii mari, dar cred că nu am ceea ce îmi trebuie pentru a le atinge. Mă aflu într-un impas. Mă simt o povară, o greutate pentru ceilalţi. Atunci când mă îndoiesc sau îmi este frică de drumul pe care îl aleg, pot chiar să ajung să **îmi rup un picior**. Avansez şi evoluez în fiecare zi, în fiecare moment şi, **problemele la picioare** nu fac decât să indică faptul că există obstacole pe care trebuie să le trec, pentru a-mi continua drumul spre mai multă fericire şi mai multă armonie.

Accept↓♥, oricare ar fi, noua situaţie care apare în viaţa mea şi să învăţ să îmi canalizez siguranţa interioară. Pot avea încredere în mine şi să trec peste rezistenţa mea în faţa schimbării.

860. PICIOARE — GAMBE — PARTEA INFERIOARĂ (PULPA)

Partea inferioară a piciorului este la nivelul **pulpei**, care este susţinută de oasele tibia şi peroneul. **Pulpele** mă ajută să avansez, sunt implicate în mişcare. Reprezintă, de asemenea o protecţie faţă de trecutul meu, mă ajută să avansez în viaţă. Dacă am **dureri** sau **crampe** în zona **pulpelor**, este un semn că trebuie să îmi încetinesc ritmul. Vreau să opresc anumite evenimente care vor urma şi care mă sperie ? Am impresia că evenimentele sunt ca o avalanşă, că totul merge prea repede? Îmi este greu să mă poziţionez faţă de o persoană, o situaţie sau o credinţă? Oricare ar fi situaţia, am tendinţa de a reveni la vechile mele scheme mentale şi mă pot simţi hărţuit şi tensionat din cauza presiunilor exterioare. Când este atins **muşchiul pulpei**, îmi pun întrebarea dacă mi-am fixat prea mult atenţia pe o anumită problemă. Insist prea mult pe un anumit aspect. Sunt încăpăţânat şi îmi ascult prea puţin vocea interioară. Sunt foarte supărat cu privire la o situaţie (de exemplu, o moştenire) şi nu mă mai bucur de viaţă. Fericirea mea depinde de ceilalţi, în loc să vină din interiorul meu. Dacă **tibia** este afectată, mă întreb cât de mult sunt imobilizat? Tibia este ca un stâllp care îmi susţine corpul. Îl poartă cu bucurie sau îl simte ca pe o povară grea? Tibia reprezintă întoarcerile mele, dificultatea de a fi mobil. Am tendinţa de a-i urma pe ceilalţi, de a acţiona puţin pentru a-mi ameliora viaţa. Am impresia că m-am mulţumit cu puţin în viaţă şi acest lucru mă deprimă. Îmi pun întrebări legat de rolul meu de părinte. Sau este posibil să mă simt atacat şi aş vrea să lovesc pe cineva cu piciorul! Sunt imobil şi am mai degrabă aspiraţii materiale, decât umaniste sau spirituale. Nu prea am încredere în mine şi îmi este greu să fiu eu însumi. Nu ştiu ce direcţie să apuc. Mă simt ameninţat şi aş vrea să atac. Vreau să mă detaşez de mama mea, să ies din dependenţă, deoarece mi se pare greu de purtat. Dacă este atacat **peroneul**, trăiesc o situaţie în care sunt prins între două aspecte. Mă simt împărţit în două, în faţa unei alegeri. Vreau să devin independent, dar ceva mă împiedică corpul meu îmi spune că pot avea încredere în viitor şi că viaţa va avea grijă de mine.

Accept↓♥ această forţă din interiorul meu şi pot avea pe deplin încredere în ceilalţi deoarece am încredere în potenţialul meu nelimitat. Îmi aleg viaţa pe care vreau să o trăiesc, o nouă cale mult mai simplă şi mai plină de împliniri! Accept↓♥ să privesc şi să mă mişc în toate direcţiile. Nu îmi fixez atenţia decât pe lucruri frumoase. Sunt propriul meu sprijin şi viaţa mă susţine în fiecare moment!

861. PICIOARE — PARTEA SUPERIOARĂ (COAPSE) *Vezi şi: COAPSE [ÎN GENERAL]*

Partea superioară a picioarelor, cuprinde **coapsele** şi este susţinută de **femur**, care reflectă tendinţa mea de a reţine lucrurile, de obicei pe cele legate de trecut. **Coapsele** reprezintă mai ales forţa părţii mele masculine, cea care conţine toate energiile, toată forţa din mine. Dacă puterea mea este pusă sub semnul întrebării şi trebuie să cedez în anumite situaţii, este nevoie să îmi re-evaluez limitele şi îmi este greu să accept↓♥ acest lucru. În funcţie de ceea ce pot sau mă împiedic să îndeplinesc în viaţă, **coapsele** mele vor reacţiona. Dacă retrăiesc mereu trecutul sau dacă trăiesc culpabilitate faţă de anumite Evenimente, toate acestea se vor înmagazina în coapsele mele, care vor deveni mai groase. Sau este posibil să fi păstrat ranchiună şi supărare, deoarece m-am simţit trădat. Este ca şi cum trecutul meu m-ar trage în spate şi m-ar împiedica să merg înainte. Fiind plin de angoasă şi lipsit de încredere, îmi este teamă să merg înainte, simt că nu mai am niciun sprijin. Uneori trecutul mă împiedică să fiu intim cu mine însumi sau cu ceilalţi. Mă deconectez de sensibilitatea mea şi de esenţa mea profundă. Rănile şi traumatismele mele mă fac să "îmi târăsc picioarele. Nu îmi trăiesc din plin senzualitatea şi dorinţele sexuale, ceea ce îmi provoacă furie şi frustrare. Faptul de a avea eu însumi copii poate reactiva toate aceste răni din trecut şi **coapsele** mele vor fi afectate. **Picioarele groase** pot fi de asemenea un semn că înmagazinez prea multe (pe plan material, emoţional şi intelectual) şi păstrez lucrurile "în cazul în care" voi avea nevoie de ele, din nesiguranţă, din teama de a-mi lipsi ceva sau cineva. Asemenea unei veveriţe, îmi fac provizii în eventualitatea unei posibile penurii, dar de multe ori nefondate. Ar fi bine să "fac curăţenie" pentru a nu mai păstra decât ceea ce este bun pentru mine. Am dureri de **coapse** atunci când păstrez prea mult pentru mine energiile şi capacităţile pe care ar fi trebuit să le exploatez mai înainte. Creativitatea mea este sufocată, puterea mea de a crea, atât la nivel ficiz cât şi emoţional, este neutralizată de pasivitatea mea şi de "supunerea" mea exagerată faţă de autoritate (care poate fi reprezentată de părinţii mei). Este posibil să mă simt neputincios şi mă întreb cât de mult am acceptat↓♥ faptul că, părinţii mei sau profesorii mei îmi defineau viaţa, în loc să fiu eu stăpân pe soarta mea. Când există o **fractură de femur**, structura mea de bază este atinsă. Sunt în **opoziţie** (fie fizică, fie verbală) faţă de ceva sau cineva pe care trebuie să îl **înfrunt**. Am impresia că stagnez sau chiar merg înapoi. **Adversarul** meu este mai puternic decât mine şi trebuie să mă supun în faţa lui. Aş vrea chiar să aibă cineva grijă de mine, deoarece, indiferent ce vreau să fac sau unde vreau să merg, am senzaţia că mă izbesc de un zid. Pe ceilalţi nu îi interesează ce vreau şi nevoile mele. De aceea mi se cere tot timpul să fac mai mult şi primesc foarte puţin în schimb...

Accept↓♥ să îmi trăiesc viaţa din plin. Îmi recapăt spaţiul pe care l-am lăsat celorlalţi. Las să iasă toate aceste energii care au fost atât de mult timp închise. Îmi las liberă creativitatea. Simt toată forţa eliberatoare de a-mi exprima capacitatea interioară aşa cum vreau eu. Nu mă pot simţi în siguranţă decât dacă mă sprijin pe forţele mele proprii, nu pe ceilalţi. Cu cât acţionez mai mult, cu atât mă voi simţi mai viu!

862. PICIOARE — VARICE *Vezi: SÂNGE — VARICE*

863. PICIOR DE ATLET *Vezi: PICIOARE— MICOZĂ*

864. PICIOARE — BĂTĂTURI, DURILLON *Vezi şi: PIELE — CALOZITATE*

Bătăturile şi durilloanele sunt o îngroşări cutanate localizate, legate de frecări repetate. Bătătura formează un con gălbui dureros şi poate avea un aspect macerat. Apare în spatele articulaţiilor degetelor de la picioare, între acestea sau pe talpa piciorului. Durillonul este o îngroşare localizată a stratului cutanat al epidermei, pe o zonă de frecare a piciorului. Este rotunjit şi are păstrează la suprafaţă aspectul pielii, spre deosebire de veruci. Înaintez cu ajutorul picioarelor, dar există ceva ce împiedică puţin înaintarea... Astfel apare **durllionul**, o umflătură mică care indică o nelinişte din viaţa mea actuală. Nu văd toate aspectele pozitive ale vieţii şi astfel, nu pot profita din plin de ea.

În cazul unei bătături, diferenţa faţă de durillon constă în durerea mult mai vie şi mai intensă, care indică un sentiment de culpabilitate. Este vorba despre frica de a înainta spre necunoscut cu încredere, deoarece nu reuşesc să fiu "natural" să fac lucrurile simplu. Îi las pe ceilalţi să decidă pentru mine. Îmi este greu să merg înainte: viaţa este dificilă, pe plan material şi trebuie să fac mari eforturi pentru a merge înainte. Vreau să mă îndrept spre viitor, dar ezit şi mă forţez prea mult sau poate nu este destul. Oare cine mă deranjează atât de mult? Îmi este imposibil să trăiesc în prezent. Poate vreau să mă răzbun pe cineva. Devin tot mai înăsprit. Evit să îmi exprim durerea interioară. Aceasta se va manifesta prin bătăturile mele. Vreau să merg înainte, să îmi împlinesc obiectivele, dar emoţiile mele sunt atât de puternice, încât mă împiedică. Este posibil să am impresia că mama mea mă împiedică să trăiesc. Care este persoana pe care o percep ca pe un "spin" în viaţa mea? Ce situaţie trăiesc în mod repetitiv sau trăiesc o presiune puternică? Încerc să descopăr cauza acestei dificultăţi de a trăi în prezent sau faţă de viitor. Tristeţea şi supărarea, frica de a nu reuşi pot fi unele dintre cauze. Bineînţeles, pot apela la chirurgie pentru a înlătura bătăturile, dar nu este suficient, deoarece nu voi înlătura adevărata cauză.

Accept↓♥ să văd ce anume mă deranjează atât de mult încât mă împiedică să merg înainte. Accept să alung toate aceste gânduri negre şi această culpabilitate. Astfel voi fi în armonie cu viaţa. Încrederea mea în viitor va fi tot mai mare.

865. PICIOARE — MICOZĂ (... între degetele de la picioare) SAU PICIOR DE ATLET *Vezi și: PIELE / [ÎN GENERAL] / [AFECȚIUNI ALE...], SISTEM IMUNITAR*

Micoza este o afecțiune provocată de o ciupercă microscopică. **Piciorul de atlet** este una dintre numeroasele forme de **micoză**. Acesta apare între degetele de la picioare și se caracterizează prin pielea uscată și crăpată, mai mult sau mai puțin adânc. O astfel de afecțiune indică faptul că, mentalul meu este iritat sau contrariat, că mă simt limitat sau incapabil să avansez așa cum aș vrea, în prezent sau în viitor. Am o dificultate de a mă accepta↓♥ așa cum sunt și aș vrea să am acceptarea și admirația oamenilor din jurul meu, la fel ca un "atlet", care a reușit și este admirat. Însă, mă simt exact invers, mă simt **renegat** trebuie să mă exilez pentru a-mi găsi liniștea ? Trăiesc un stres și o durere interioară. În mine există o dualitate profundă: apreciez faptul că pot trăi în siguranță, sub protecția celorlalți și, în același timp, mă simt prizonier. Port o mască de persoană dură, pentru a nu-mi arăta adevăratul chip. Iritația de la degetele de la picioare are legătură cu detaliile și direcțiile pe care le va avea viața mea în viitor, cu latura abstractă și noțiunile energetice. Există multe frici și o lipsă de înțelegere.

Accept↓♥ să mă vizualizez pe un drum pe care este foarte plăcut să mergi înainte și unde mă simt plin de încredere. Astfel voi uita fricile și voi găsi mai multă armonie în viața mea. Învăț să trăiesc în funcție de nevoile și de dorințele mele. Îmi dau jos masca și îmi trăiesc emoțiile într-un mod simplu și natural.

866. PICIOR — SPINA CALCANEANĂ Vezi și: CĂLCÂI

Spina calcaneană este o excrescență osoasă situată la partea inferioară a calcaneului. Calcaneul este un os care formează suportul călcâiului și constituie sprijinul posterior al bolții plantare. Semnificația acestei afecțiuni se referă la faptul că nu știu de unde vin și nu știu încotro mă îndrept. Un lucru este clar: nu am nicio rădăcină și nu am stabilitate interioară. Mă simt ca într-o gaură neagră. În ce direcție să merg ? Ce sens să dau vieții mele ? Se pare că viața mea a fost atât de grea în anumite momente încât am uitat o parte din ea. Trebuie să învăț să prind rădăcini undeva, să găsesc o stabilitate, un echilibru. Ce anume șchioapătă în viața mea ? Este vorba despre viața mea de cuplu, de relațiile mele afective sau de locul de muncă ?

Accept↓♥ să caut în interiorul meu, să mă conectez la spirațiile mele profunde și să îmi fixez scopuri noi. Îmi concentrez atenția în prezent și am încredere în viitorul care nu îmi poate aduce decât lucruri bune. Ascultând ceea ce îmi spune vocea mea interioară, drumul se va deschide în fața mea și voi avea o mare satisfacție interioară și o bucurie nesfârșită.

867. PICIOARE — VERUCI PLANTARE *Vezi și: PICIOARE — DURILLON*

Veruca plantară se observă, de obicei, prin apariția pe talpă a unei particule translucide în jurul căreia se formează o calozitate care, sub presiune, provoacă durere.

O **verucă la picior** indică faptul că trăiesc o frică cu privire la viitorul meu și la responsabilitățiele mele. Este un mod de a striga după ajutor. Durerea pe care o provoacă vrea să mă facă să înțeleg că simt o furie legată de modul în care percep viața. Care este direcția în care trebuie să merg, chiar dacă acest lucru îmi face rău sau mă frustrează ? Este posibil să mă las împiedicat de mici obstacole care apar în fața mea și să acord prioritate nevoilor celorlalți și nu nevoilor mele. Sau poate trăiesc o devalorizare față de capacitățile mele sau abilitățile mele în practicarea unor sporturi. Pot fi un sportiv foarte bun, peste medie și totuși să mă simt devalorizat deoarece mă oblig să fiu tot timpul cel mai bun sau să fiu performant în orice situație. Este posibil să am senzația că "nu fac lucrurile la fel de bine ca și ceilalți". De asemenea, mă compar cu ceilalți și mă simt inferior, față de capacitățile lor fizice. Joc un rol pentru a fi acceptat↓♥ de ceilalți. Acumulez frustrările. Mă simt vulnerabil și mă sprijin, la fel ca și **picioarele** mele, pe lucruri sau persoane din exteriorul meu. Corpul meu îmi spune că este inutil să îmi provoc atâta durere și că pot avansa în viață, cu deplină încredere.

Trebuie să-mi accept↓♥ atât forța cât și slăbiciunea și prin perseverență, voi reuși.

868. PIELE (în general)

Pielea acoperă întreg corpul și delimitează ceea ce este "în interior" de ceea ce se află "în exterior", adică individualitatea mea. Este organul cu suprafața cea mai mare. Reprezintă un strat protector, care delimitează clar spațiul meu vital și care lasă să transpară fidel și inconștient, starea mea interioară: există o legătură cu raportul meu față de anturaj (eu față de ceilalți). **Pielea** mea este prelungirea simțămintelor mele, a a sensibilității mele interioare. Este oglinda vieții mele intime, cartea mea de vizită. Analizează toate informațiile de contact. Dacă sunt o persoană blândă, așa va fi și pielea mea. Dacă am o sensibilitate foarte mare și **pielea** mea va fi foarte sensibilă. Dacă din contră, sunt sever față de mine însumi sau față de ceilalți, **pielea** mea va fi și ea dură și groasă. Dacă am pielea **iritată**, există ceva sau cineva în viața mea, care mă irită. O nesiguranță mare, îmi face pielea **umedă**, în timp ce **pielea** care transpiră mult, elimină emoțiile pe care le rețin și pe care am nevoie să le evacuez. O boală care **"îmi atinge" pielea** indică faptul că am dificultăți la nivelul comunicării cu cei din jurul meu. Simt o pierdere la nivelul integrității mele. Starea pielii mele indică starea relațiilor mele cu ceilalți. Individualitatea mea este analizată, intimitatea mea și zona mea de vulnerabilitate pot fi amenințate. Care sunt limitele mele ? care sunt zonele mele de intoleranță ? **Pielea** mea reacționează atunci când am nevoie să ating și să fiu atins și simt o lipsă la acest nivel. În momentul unei **separări** poate apărea o **eczema** sau un **psoriazis: pielea** mea este stresată și are nevoie să devină roșie de furie, nu înțelege de ce nu primește afecțiune, tandrețe. Trăiesc o senzație puternică de **frig, de răceală** la nivel afectiv și îmi este greu **să mă adaptez** la noua mea viață, la noua mea situație. Calitatea relațiilor mele cu cei din jur este reprezentată de starea în care se află **pielea** mea.

869. PIELE (afecțiuni ale...)

Pielea este ca și scoarța unui copac. Ne arată dacă există probleme în interior sau în exterior. Dacă pielea mea are anumite **anomalii** este posibil să fiu o persoană, care acordă multă importanță opiniei celorlalți și a ceea ce spun ei despre mine. Nefiind prea sigur pe mine și fiindu-mi teamă de respingere sau că voi fi rănit, îmi voi crea o boală de **piele** care va deveni " o barieră naturală" și mă va ajuta să păstrez o anumită distanță față de cei din jurul meu. Vreau atât de mult să **ader** la un grup, la familia mea, la colegii de muncă etc. dar, deoarece respectul meu față de mine este scăzut, creez o distanță, pentru a nu fi respins. Sufăr de **absența** contactului cu mama mea și este posibil să vreau să îl culpabilizez pe **tatăl** meu. **Pielea**, fiind un țesut moale, care este legat de energia mentală, exprimă nesiguranța mea, incertitudinile mele și grijile mele cele mai profunde. Este important să observ care strat al **pielii** este atins, mai ales în cazul unei **arsuri**. Dacă este afectată **epiderma**, este o referire la o situație în care a existat o separare dificilă. **Derma** indică mai degrabă un eveniment pe care l-am perceput ca fiind murdar. Iar când **hipoderma** este afectată, deci este un loc mai apropiat de oase, acest lucru indică faptul că există o scădere a respectului meu față de mine și o devalorizare. **Pielea** reflectă în mod constant sentimentele mele interioare, de unde vine și expresia: "a fi roșu de furie". Pielea mea își poate schimba culoarea, când mă simt jenat sau rușinat. Reprezintă linia de demarcație fizică, masca mea între interior și exterior. Dacă am **pielea uscată**, este un semn că există o lipsă de apă. Apa este cel de-al doilea element (după aer) necesar vieții. Relațiile mele cu viața sunt prin urmare uscate, aride. Mă blochez la nivel interior în relațiile cu cei din jurul meu. Pot avea impresia că "mă usuc pe loc". Îmi rețin atât de mult emoțiile (de care vreau să mă detașez) în loc să le las să transpară prin **piele**, încât aceasta devine **uscată**, fiind în pană de lichid emoțional, format din emoțiile mele. Trebuie să caut bucuria în comunicarea cu ceilalți. Pielea **umedă** poate însemna emoțiile care ies la suprafață. Pilea **scuamată** indică faptul că mă las îndrumat de vechile mele scheme mentale. Dacă trăiesc o situație stresantă, am tendința să merg în toate sensurile, să mă împrăștii. Dacă apar **coșuri**, pe suprafața pielii, este un semn că exprim în exterior problemele din relațiile mele, probleme de comunicare cu cei din jur, cu privire la anumite aspecte. Dacă pielea prezintă semne de **inflamație**, trebuie să nu mai fiu atât de iritat în anumite situații de conflict interior sau exterior. Dacă am **pielea grasă**, este un semn că rețin sau păstrez prea multe emoții în mine. În acest caz, este vorba de "prea-plinul" de emoții care se exteriorizează, în ciuda voinței mele. Este posibil să vreau să evit o situație sau o persoană, ca și cum cineva ar încerca să mă prindă, mă simt ca un purceluș plin de ulei, pe care încerci să îl prinzi, dar îți scapă printre degete. Nu vreau să fiu atins... Este vorba despre un fel de protecție. O **hipersecreție de sebum** indică atitudinea mea de "adolescent", imatur, când este vorba despre emoțiile mele. Sunt foarte nervos și nu știu ce să fac. Trebuie să las energia să circule pentru ca gândurile mele negative să poată dispărea. Când pielea mea este afectată, este important să mă

întreb dacă trăiesc o situație în care îmi este teamă că voi fi separat de ceva sau de cineva, "cineva care mi-a intrat sub piele" și voi rămâne singur. Poate fi vorba despre o separare fizică: de exemplu, partenerul meu trebuie să se mute, din cauza serviciului. Sau poate că mă simt separat de cineva, deoarece nu mai există comunicarea cu acea persoană. Sau este posibi, să locuiesc în aceeași casă cu partenerul sau cu copiii mei, dar să trăiesc un gol imens, deoarece există o prăpastie mare care ne separă și am impresia că trăiesc singur. Această singurătate se datorează de multe ori, faptului că mă închid în cochilia mea, trăiesc o stare de nesiguranță. În acest caz, am tendința să văd situațiile într-un mod negativ și în negru. Am impresia că am fost **ciuruit** de lovituri și acum sunt examinat pe toate părțile. Acest lucru poate antrena, de asemenea, o **pierdere a sensibilității pielii**. **Zgârieturile, juliturile sau leziunile** indică faptul că mă simt deșirat, "jupuit" de viu pe interior. Mă las zgâriat, nu ocup suficient de mult loc și ar fi bine să îmi fixez limitele și să mă fac respectat. Dacă fac tot timpul compromisuri, mă pun într-o poziție de inferioritate și ajung să consider viața nedreaptă. Când **pielea** este agresată, poate reacționa prin întreruperea sensibilității, pentru a se proteja. Dacă, de exemplu am trăit o situație de abuz fizic, de atingeri nedorite, **pielea** mea va dori să "înghețe" acea zonă și să nu mai aibă senzații, pentru a evita să-și amintească acea situație neplăcută.
Pielea poate fi, din contră, **hipersensibilă** și atunci, modul de a mă proteja este să mă rețin sau să fug de anumite situații, de exemplu să nu stau la soare sau să fiu nevoit să port o pălărie. Același lucru se întâmplă când am **pistrui (efelide):** este posibil să mă simt pătat, murdar. Poate fi vorba despre ceva la nivel moral, afectiv sau fizic. Sau pot avea impresia că am pătat, de exemplu, imaginea familiei mele și vreau să repar situația "nu fac gălăgie" sau mă conformez așteptărilor celorlalți. Trebuie să privesc cu calm, la rece, frustrările pe care le am, pentru ca pielea mea să fie mai luminoasă și mai subțire. Cu cât voi fi mai transparent și mai sincer cu ceilalți, cu atât pielea mea va fi mai transparentă. O **mâncărime** arată faptul că există unul sau mai multe gânduri iritante, care ies la suprafața pielii și trebuie să le acord atenție, pentru ca ele să nu îmi mai atragă atenția și să mă deranjeze. Dacă **pielea își schimbă culoarea**, mă întreb până la ce nivel îmi accept↓♥ sensibilitatea și intuiția. Mă consider o persoană "rea" ? Rușinea și culpabilitatea mă împiedică să trăiesc cu spontaneitate. Mă oblig să mă angajez în relații care sunt nefaste pentru mine. Interiorul meu țipă după libertate și acceptarea↓♥ ființei mele! Dacă am pielea **înroșită**, integritatea mea este atinsă, aș vrea atât de mult să trec neobservat... ceilalți râd de mine și vreau atât de mult să fiu la înălțime și să fiu iubit.

Accept↓♥ să încep să îmi apreciez calitățile și să îmi ofer "mici bucurii", în loc să cumpăr tot felul de cutiuțe cu crème miraculoase: **pielea** mea va "transpire" această stare de bine prin catifelare și strălucire. Cu cât sunt capabil să îmi exprim mai liber emoțiile, cu atât mai destinsă și relaxară va fi pielea mea. Am încredere și accept↓♥ **iubirea** celorlalți. Totul este o chestiune de atitudine. Aleg să am o mai bună calitate a relațiilor mele cu lumea exterioară.

870. PIELE — ACNEE *Vezi şi: PIELE / COŞURI / PUNCTE NEGRE, FAȚĂ*

Când apare pe **față, acneea** are legătură cu **individualitatea** (cap=individualitate), este în legătură cu armonia a ceea ce trăiesc în interiorul meu şi cu ceea ce se întâmplă în exteriorul meu. **Fața** este acea parte din mine, care intră prima în contact direct cu ceilalţi, cea care mă ajută să fiu acceptat↓♥ sau respins. **Acneea** poate apărea atunci când mă aflu într-un conflict, pe plan emoţional sau mental, cu propria mea realitate, mai ales în adolescență, când personalitatea nu este încă bine conturată. Acest conflict este legat de exprimarea de sine şi de propria mea natură interioară. Astfel, **acneea este expresia vizibilă de iritare, de critică, de resentiment, de frică, de ruşine sau de nesiguranţă faţă de mine şi faţă de ceilalţi şi indică o non-acceptare a propriei mele ființe. Mă consider urât şi uneori, chiar dezgustător !** Toate aceste sentimente sunt într-o **efervescență** în interiorul meu. Revoluţia interioară pe care o trăiesc, se manifestă printr-o erupţie a coşurilor. Aceste expresii sunt legate de afirmarea propriei mele identităţi, de **iubirea** şi de acceptarea↓♥ necondiţionată a propriei mele persoane. Dacă îmi voi face tot timpul griji pentru imaginea mea în ochii celorlalți, viaţa mea va deveni **acră**. În loc să trăiesc o stare de libertate şi de mişcare, mă închid în lumea mea interioară şi în fricile mele. **Acneea** se manifestă pe plan fizic, prin leziuni cutanate ale **pielii**, la nivelul epidermei. Ştiu că mâncarea de tip fast-food poate favoriza apariţia **acneei** şi poate afecta funcţionarea ficatului, sediul furiei. Acest lucru îmi aminteşte faptul că, dacă mănânc foarte repede, cu lăcomie, vreau de fapt să umplu un gol interior. **Acneea,** în timpul adolescenţei este adeseori în legătură cu schimbările interioare pe care le trăiesc în momentul în care aleg între frica de a fi deschis faţă de mine însumi şi faţă de ceilalţi (opunere, alegeri, decizii) şi de a rupe astfel (de multe ori inconştient) orice contact cu ceilalţi şi, pe de altă parte, opţiunea de a vrea **să fac faţă schimbărilor** din viaţa mea, adaptărilor la lumea mea interioară şi la viziunea mea asupra lumii exterioare. Nu mai sunt copil, dar nu sunt încă nici adult şi este posibil să mă simt într-o poziţie inconfortabilă faţă de **propria mea imagine.** Este posibil chiar să mă tem că "îmi pierd faţă" cu privire la ceea ce pot crede ceilalţi despre mine sau la judecăţile pe care le au asupra mea. Altfel spus, **acneea** se manifestă printr-o frică inconştientă faţă de sexualitatea mea, printr-o tentativă de exteriorizare a ceea ce sunt cu adevărat. Vreau să fiu văzut, remarcat, dar nu mă port aşa cum trebuie în acest sens. Când sunt adolescent, comportamentul meu este acela de a intra în contact cu ceilalţi, chiar dacă vreau cu tărie să fac exact contrariul. Mă urâţesc pentru a filtra astfel oamenii pe care nu vreau să îi am în apropiere sau în mediul meu. Stabilesc nişte graniţe, îmi marchez teritoriul şi nu las să intre decât oamenii cu care mă simt într-adevăr bine. Vreau să stau liniştit, fără să fiu deranjat de ceilalţi, pe care îi îndepărtez, inconştient. Mă închid în mine şi vreau să rămân astfel. Nu reuşesc să mă iubesc suficient de mult: astfel, ceilalţi nu mă pot iubi nici ei. Ştiu că există ceva ce mă hărţuieşte şi provoc o reacţie negativă asupra pielii. Mă compar cu ceilalţi şi îmi găsesc tot soiul de defecte (sunt prea mare, prea gras etc.). Mă simt limitat în spaţiul meu vital şi mă resping. Mă simt controlat şi dirijat de părinţii mei, într-un mod excesiv. Mă revolt repede împotriva autorităţii şi nu respect regulile stabiliate. Mă identific cu unul dintre părinţii mei, pentru a-i face pe plac celuilalt, în loc să îmi păstrez propria mea identitate. Mă privez astfel de o parte din mine. **Acneea** se poate situa şi pe alte părţi ale corpului. **Pe spate** indică trecutul meu, obiceiurile mele, fricile mele anterioare şi angoasele mele. Mă resping sau îi resping pe cei cărora le reproşez că nu mă susţin şi nu mă sprijină. Când apare în **partea superioară a spatelui, acneea** reprezintă furia refulată sau o iritare care trebuie liniştită. Când apare pe **piept**, acneea poate reprezenta viitorul şi ceea ce este prevăzut pentru mine. **Acneea** semnifică o căutare a **spaţiului meu vital** şi a **respectului celorlalţi** faţă de spaţiul meu vital.

Acceptând↓♥, la nivelul inimii♥, schimbările din mine, îmi ascult nevoile fundamentale (sexuale sau de alt gen) într-un mod sănătos şi natural. Într-o zi voi descoperi persoana care va corespunde aşteptărilor mele. Trebuie să mă poziţionez în funcţie de **inima♥** mea şi să le semnalez celorlalţi, dacă este necesar, unde este spaţiul meu vital şi ce loc pot ocupa ei în cadrul acestuia. Mă accept↓♥ şi mă iubesc aşa cum sunt şi încetez să mai vreau să fiu pe plac celorlalţi, cu orice preţ. Accept↓♥ să fiu deschis spre ceilalţi şi îi las să se apropie, în siguranţă.

871. PIELE — ACNEE ROZACEE SAU CUPEROZĂ *Vezi şi: PIELE / COŞURI / PUNCTE NEGRE, FAȚĂ*

Cuperoza este o leziune cutanată cauzată de congestia şi de dilatarea vaselor mici de sânge. Există o dereglare a glandelor sebacee. Nasul şi obrajii sunt roşii şi apar mici coşuri conturate cu roz. Această formă de acnee apare mai des la femeile în jurul vârstei de cincizeci de ani. Inflamaţia la nivelul feţei este asociată cu o alimentaţie nesănătoasă, un exces de alcool sau de ţigări şi poate fi consecinţa unei ciroze a ficatului.

În acest caz este vorba despre furia mea care se manifestă, despre frustrările mele, cauzate de impresia că nimeni cu mă ascultă, că opinia mea nu contează, că nu sunt deloc recunoscut. Mă simt **separat** de familia mea şi mă opun **iubirii lor,** semnelor lor de afecţiune. Critic foarte uşor, mai ales propriul meu corp şi este nevoie să mă întreb dacă îmi acord libertatea de a fi eu însumi. Mă exprim şi îmi accept↓♥ diferenţele? Îmi accept feminitatea↓♥ sau aceasta reprezintă un pericol pentru mine ? De cine îndrăznesc să mă desprind ? De mine însumi ? De ce relaţiile mele cu ceilalţi sunt atât de complicate ? Ce este nevoie să îmbunătăţesc în relaţiile cu ceilalţi ? De unde vine această nevoie de a prinde "tot ce se întâmplă" (atât lucruri cât şi persoane) şi de a acorda atâta importanţă aparenţţelor şi lucrurilor superficiale ? Sunt foarte emotiv şi complic lucrurile inutil... Sunt într-o perioadă de tranziţie şi nu mă mai recunosc, trebuie să mă adaptez la o schimbare fizică şi la nivel emoţional. Sunt de acord cu această schimbare ?

Aleg să mă reconciliez cu mine însumi şi accept↓♥ ciclurile vieţii. Mă reconectez cu esenţa mea divină şi accept↓♥ să restabilesc ordinea şi să fiu împăcat cu această mişcare a vieţii. Învăţ să am mai multă încredere în mine, să apreciez cu adevărat cine sunt. Devenind mai autonom, îmi realizez potenţialul creativ.

872. PIELE — ACROCHERATOZA Vezi şi: PIELE — ACRODERMATITĂ

La fel ca în cazul acrodermatiei, **acrocheratoza** afectează tălpile şi palmele, prin îngroşarea epidermei.

Imi folosesc energia mentală pentru a mă proteja de faptul de a da şi pentru a mă simţi mai în armonie cu pământul. Îmi este teamă de schimbare şi nu îndrăznesc să fiu deschis spre ceilalţi. Devin dur şi resping orice nouă ocazie care mi se oferă. Mă simt limitate şi devin impacient şi impulsiv.

Accept↓♥ să mă eliberez de mentalul meu şi de angoasele mele. Îndrăznesc să muşc din viaţă: am încredere şi sunt deschis pentru a da şi a primi în siguranţă. Curiozitatea mea deschide cale aspre noi experienţe, care mă ajută să mă apropii de oameni. Pot să ţin cont de sugestiile descrise în cazul **acrodermatiei,** pentru a ajuta energia să circule.

873. PIELE — ACRODERMATITA

Acrodermatita este o boală de piele care afectează mai ales palmele şi tălpile, une se situează patru dintre cei douăzeci şi unu centri minori de energie (chakre) ai corpului.

În acest caz îmi pun întrebări legate de sacrificiile pe care mi le impun. Chiar sunt necesare ? Pot să îmi consum timpul şi energia respectându-mi ritmul şi energia? Am o sensibilitate prea mare, care îmi poate limita capacitatea de a gestiona relaţiile şi evenimentele din viaţa mea. **Acrodermatita** indică o nevoie de a oferi mai multă **iubire,** cu mâinile, mai ales membrilor familiei mele, deoarece centrul de energie situat în palma fiecărei mâini este o extensie a centrului de energie al **inimii♥,** care reprezintă **iubirea.**

Pot învăţa o tehnică de vindecare prin intermediul mâinilor, care mă va ajuta să las să circule această energie a **iubirii,** pe care o blochez pentru mine. Sau pot face diverse activităţi manuale creative, pictură sau desen, pentru a ajuta această energie să curgă mai liber prin mâinile mele. În ceea ce priveşte picioarele, îmi pot imagina că merg pe un teren sfânt şi las energia din interiorul meu să circule liber spre pământ, deoarece ştiu că primesc energie, dacă o las pe a mea să circule.

874. PIELE— ALBINISM Vezi şi: PIELE — VITILIGO

Albinismul este incapacitatea de a produce melanină, care joacă un rol important în pigmentarea pielii. Albinismul afectează de obicei pielea, părul şi ochii (când există o lipsă parţială de melanină, persoana afectată suferă de vitiligo, care se manifestă prin pete nepigmentate în anumite zone ale corpului).

În acest caz, întrebarea pe care mi-o le pun este: "Las pe cineva să îmi controleze viaţa, crezând că acea persoană face mai bine acest lucru, deoarece eu nu sunt

capabil sau nu am forţa necesară ?" Cred că nu am dreptul la viaţă. Vreau să plec departe, atât de greu mă apasă privirile celorlalţi. Mă resping, mă exclud din mediul meu. Mă consider responsabil de toate relele din lume şi, inconştient, vreau să mă purific. Mă simt ca o fantomă, fără **suflet** şi fără o identitate proprie.

Accept↓♥ ca începând de acum să fiu diferit şi unic, nu doar din cauza fizicului meu, ci pentru că am nenumărat calităţi, care fac din mine o fiinţă minunată. Pot să îmi folosesc talentele în serviciul umanităţii şi astfel devin mai **conştient** de puterea pe care o am.

875. PIELE — ANTRAX *Vezi şi: PIELE— FURUNCULI*

Antraxul este o infecţie a pielii formată din mai mulţi furunculi, care se întind la ţesutul conjunctiv sub-cutanat.

În acest caz trăiesc o agresivitate nocivă, provenită din faptul că am sentimentul că mi s-a îngrădit libertatea personală într-un mod **nedrept şi inacceptabil.** Aş vrea să îmi urlu indignarea peste tot. Mă simt prins, închis, neputincios. Există o luptă interioară care se desfăşoară în mine şi o reflectă pe cea din exterior, mai ales într-o situaţie care implică o persoană sau o instituţie în poziţie de putere şi de forţă. Această luptă are loc între mintea mea şi inima♥ mea. Îmi las la o parte latura afectivă, intuitivă, care ar trebui să fie totuşi prima autoritate care să mă îndrume ce să fac în viaţă.

Accept↓♥ să învăţ cum să-mi găsesc locul care mi se cuvine şi accept↓♥ faptul că pot schimba orice situaţie din viaţa mea: trebuie doar să iau o decizie. Învăţ să îmi ascult emoţiile şi intuiţia. Îmi redescopăr spontaneitatea, **inima♥** de copil. Accept↓♥ să fiu eu însumi tot timpul.

876. PIELE — BĂŞICI

Băşica este o acumulare de apă, formată între două părţi ale **pielii,** între dermă şi epidermă, în urma unei frecări repetate în acelaşi loc. Acumularea de apă formată astel acţionează ca o formă de protecţie naturală a corpului. **Băşica** scoate în evidenţă o lipsă de protecţie, mai ales la nivel emoţional sau o lipsă de rezistenţă. Este un semn de **slăbiciune emoţională** şi locul unde se situează oferă o indicaţie despre natura slăbiciunii respective. O **băşică la picioare** este are o legătură cu direcţiile pe care le iau în viaţa mea şi sentimentul de nesiguranţă, care decurge din alegerea lor. Dacă apare o **băşică** la **călcâi,** semnificaţia ei are o legătură cu relaţia cu mama sau propriile mele atribute materne. Trebuie să mă întreb dacă avansez cu adevărat în viaţă sau nu fac decât să îmi fac iluzii. Sunt foarte sever cu mine însumi. Mă fac să sufăr, îi plâng pe ceilalţi. Vreau să îmi întăresc **pielea** aşa cum vreau să îmi întăresc emoţiile, pentru a nu mai suferi. Mă opun faţă de ceva sau faţă de cineva. O **băşică** la mâini indică iritarea sau frustrarea legate de ceea ce fac sau de felul în care trăiesc. Am tendinţa de a idealiza alte persoane, în loc să văd toate calităţile pe care le am. În funcţie de locul în care se află **băşica,** mă pot întreba ce anume mă **agasează** în viaţă, ce anume îmi creează o fricţiune şi îmi provoacă suferinţă (apa) chiar dacă este inconştientă. Poate fi vorba despre ceea ce simt sau ceea ce văd şi mă simt diferit de ceilalţi, deoarece viziunea mea despre viaţă este foarte diferită. Vreau să îmi împărtăşesc cunoştinţele şi experienţele, dar oamenii fac adeseori pe surzii şi sunt deranjaţi de ceea ce spun eu. **Băşica** apare pentru a aduce mai multă **lumină** în viaţa mea. Mă întreb care sunt emoţiile care ies la suprafaţă şi sunt pe punctul de a se sparge. Există o tensiune interioară, care vrea doar să fie exteriorizată. Am tendinţa de a mă restrânge eu însumi, ceea ce se poate manifesta prin agresivitate, de multe ori împotriva mea însumi.

Accept↓♥ să îmi exprim mai mult emoţiile, să urmez curentul vieţii. Înlătur orice limită pe care mi-am impus-o.

877. PIELE — CALOZITATE *Vezi şi: PICIOARE — DURILLON ŞI BĂTĂTURI*

Calozitatea reprezintă o îngroşare şi o întărire a **pielii**, din cauza unor frecări repetate, adică a unor atitudini şi anumite scheme de gândire **rigide**, pe care le am în prezent. Pot fi afectate mai multe părţi ale corpului. **Pielea** este legată de energia mentală şi atunci când se acumulează sau se cristalizează, ca recţie faţă de frică sau o situaţie oarecare, survine o imobilitate sau o inerţie care împiedică deplasarea acelei energii, fără flexibilitate în gândire. Rămân **deschis**, chiar dacă îmi este **frică.** Această frică mă face să închid şi să îmi îngustez viziunea obiectivă asupra vieţii. Prejudecăţile mele mă închid în poziţiile mele. Pot să resping rolul meu de pacificator sau responsabilităţile mele de a-i servi pe ceilalţi. Mă protejez prin faptul că îmi îngroş pielea şi împiedic astfel agresorii să intre în interiorul meu. Trebuie să **conştientizez** faptul că făcând acest lucru, împiedic şi manifestările de afecţiune şi tandreţea, să se manifeste în mine. Zona în care se formează **calozitatea** îmi poate aduce informaţii suplimentare. De exemplu, dacă apare o bătătură la nivelul **umărului**, îmi **înăspresc** ideile şi atitudinile faţă de responsabilităţile vieţii. Dacă am **bătături** la picioare, acest fapt arată că mă opun schimbării care se întâmplă în viaţa mea. În loc să am încredere, îmi formez un strat protector, pentru a "para loviturile". Deoarece picioarele îmi conferă stabilitate şi mă ajută să avansez, când am bătături la picioare (de obicei la călcâi), înseamnă că trăiesc o angoasă, deoarece nu mă simt sprijinit. Îmi este teamă că îmi voi pierde piciorul sau că îmi vor lipsi lucruri legate de nevoile de bază (siguranţa) şi îmi "protejez" călcâiele printr-o piele groasă. Inconştient, îngrop sentimentul de nesiguranţă în mine. **Grosimea pielii palmelor** indică de asemenea, o rezistenţă la schimbare. Mă protejez legat de tot ceea ce ţine de a da şi a primi. Îmi blochez spontaneitatea şi creativitatea în structuri rigide, care mă limitează.

Accept ↓♥ să devin mai blând cu mine însumi. Descopăr cauza fricilor mele şi energia blocată acumulată pe epidermă, va începe să circule în armonie cu mine. Pielea va redeveni suplă şi tânără.

878. PIELE— CICATRICE

O **cicatrice** este un ţesut fibros care înlocuieşte definitiv sau pe termen foarte lung un ţesut normal, după o leziune. Este rezultatul cicatrizării. Locul unde se află **cicatricea** arată faptul că rana fizică este legată de o rană morală. Faptul de a avea acea cicatrice îmi aminteşte mereu evenimentul care a cauzat problema, ruptura, rana. Când nu mai există durere fizică în acel loc, rămâne doar o amintire din acea bucată de viaţă. Când privesc **cicatricea** şi rana morală reapare, trebuie să îmi dau seama de învăţăturile primite din această experienţă de viaţă sau de lecţia pe care trebuie să o trag de aici. Dificultatea de cicatrizare scoate în evidenţă faptul că acea durere morală a lăsat urme. Îmi este greu să accept↓♥ şi să iert (pe cineva sau pe mine însumi) pentru ceea ce s-a întâmplat. Rana îmi "infectează" încă viaţa...

Accept↓♥ să iert pentru a investi mai multă **iubire** în acea situaţie şi pentru a-mi regăsi pacea interioară. Acest lucru va lăsa cicatricea să se închidă, uneori chiar să dispară de tot.

879. PIELE — COŞURI *Vezi şi: HERPES / [... ÎN GENERAL, ... BUCAL], PIELE — ACNEE*

Coşurile au de obicei legătură cu acneea. Dar, în timp ce acneea este localizată mai mult pe părţile centrale ale corpului (faţă, spate etc.), **coşurile** pot apărea pe toată suprafaţa corpului. Sunt nişte bubiţe roşiatice, care pot conţine puroi, în funcţie de infecţia respectivă. Am **coşuri** pentru că exprim **nerăbdare**, vreau să merg înaintea lucrurilor şi repede! Dacă apare puroiul (coşurile cu vârful alb) sunt **furios, fierb pe dinăuntru**. Îmi refulez emoţiile, care nu vor decât să se exteriorizeze. Îmi este teamă că mă înşel. Când apar **coşuri** pe întreg corpul, mă simt contrariat şi bănuitor, poate am o tristeţe interioară şi o descurajare, generală. **Coşurile** pe faţă au o legătră cu individualitatea. Au aceeaşi semnificaţie ca şi acneea facială. Mă resping, selectez persoanele care trec de "barierele" mele, vreau linişte, fără ca ceilalţi să să apropie de mine. **Coşurile** sunt manifestarea unor gânduri: sunt posomorât, am sentimente depresive, care sunt toxice pentru mine. Păstrez totul în interiorul meu şi **coşurile** îmi reamintesc că este ceva nesănătos pentru mine. Vreau să mă ascund şi totuşi, în acelaşi timp, aş vrea atât de mult să le spun celorlalţi cine sunt şi că exist.

Accept↓♥ să îmi acord timp pentru a spune sau a face anumite lucruri, ştiind că sunt îndrumat tot timpul. Îmi amintesc faptul că, fiecare fiinţă umană are dreptul să se exprime cu toată sinceritatea şi simplitatea. Exprimându-mi mai mult emoţiile, corpul meu nu va mai avea nevoie să le exprime sub formă de **coşuri.**

880. PIELE — CRĂPĂTURI

Crăpăturile pielii sunt fisurile dureroase, care apar mai ales la mâini şi la picioare. Este posibil să trăiesc o iritare puternică faţă de cineva, de ceva sau faţă de o situaţie. Mă simt prins în capcană, parcă am "mâinile şi picioarele legate", într-o relaţie şi nu ştiu cum să ies din acea situaţie. Deoarece **crăpăturile** apar mai ales iarna, fiind provocate de frig, este posibil să am impresia că sunt "ars de viu" de către o persoană sau o situaţie, deoarece frigul puternic poate arde la fel de tare ca şi focul. Dacă este vorba despre **crăpături la mâini**, acest lucru îmi va afecta mai mult viaţa de zi cu zi, în timp ce, la **crăpăturile la picioare**, înseamnă că prind ceea ce va veni în viitor. Vreau să fac o mulţime de proiecte, dar există condiții defavorabile pentru realizarea acestora. Consider foarte grea răceala tatălui meu sau a mamei mele. Contactele mele cu ceilalți sunt dureroase. Trăiesc o tensiune puternică și **pielea** mea devine tensionată și ea și va crăpa. Iau pe umerii mei suferința celorlalți. Deoarece mă simt vulnerabil, îmi este greu să mă exprim. La ce folosește să vorbesc? Aș vrea să mă eliberez de acest trecut care mă apasă foarte tare. Pentru a-mi calma pielea, mă dau cu cremă și crema, în acest caz sugerează să "încetez să mă mai strădui pentru o situație pentru care nu pot să fac nimic". Astfel, pielea mea va redeveni moale și întinsă.

Accept↓♥ să-mi **conștientizez** valoarea. Vorbesc din **inimă♥**. Dacă am grijă de mine și ceilalți vor face la fel.

881. PIELE — DEGERĂTURI *Vezi și: FRIG [ÎNGHEȚ...]*

Degerăturile sunt înroșiri cauzate de frig, care se regăsesc la extremități, precum urechi, nas, mâini, picioare. Aceste înroșiri albăstrui sunt groase, reci și uneori foarte dureroase. **Degerăturile** formează uneori bășici de apă pe suprafața **pielii**.

Viața mă arde și eu mi-am **înghețat** reacțiile. Când **degerăturile** se formează la mâini sau la călcâie, acest lucru mă face să mă mișca mai greu. Nu mai pot simți. Pe de altă parte, mă agăț de aceste situații și nu mai vreau nimic altceva. Pe plan fizic, dau impresia că sunt un luptător, când, de fapt, în interiorul meu, mă simt golit, epuizat. Nu mai am chef să merg mai departe și pofta mea de viață s-a oprit, s-a imobilizat. Mă întreb chiar de ce trăiesc. Gândurile mele sunt crispate și îmi reduc circulația sanguină. Frigul care a cauzat aceste **degerături** provine din frigul pe care îl trăiesc în relație cu o persoană, de obicei, un membru al familiei și simt o lipsă de **iubire**. Caracterul rece al acelei persoane îmi îngheață **sufletul**. Trăiesc cu frică, "simt frigul în spate". Refuz să îmi recunosc limitele, să recunosc faptul că cineva mi-a încălcat spațiul vital. Dizarmonia din familie mă apasă foarte tare.

În loc să văd doar aspectele negative din experiențele mele, **accept↓♥ să dau drumul trecutului și să fiu deschis spre viață.** Când sunt deschis față de viață, sunt din nou în măsură să văd toată **iubirea** de care sunt înconjurat și să trăiesc în armonie cu cei din jurul meu.

882. PIELE — DERMATITĂ

Dermatita este o inflamație a pielii. O inflamație indică o furie surdă, o iritare reprimată, care încearcă să se exprime. Furia care mă consumă poate fi atât împotriva mea, cât și împotriva celor din jurul meu. **Dermatita** este un mod de a recționa dacă cineva "se bagă sub pielea mea", mă bulversează, mă deranjează sau există o situație care îmi provoacă frustrare. **Dermatita** scoate în evidență o nevoie de contact fizic (de obicei prin atingere), care cere să fie împlinită sau nevoia de a evita un contact, care îmi este impus și pe care îl resping. Vulnerabilitatea și sensibilitatea mea sunt puse în pericol. Trăiesc o stare de inconfort și chiar o anumită dualitate față de limitele din relațiile mele cu ceilalți. Până unde poate merge libertatea mea, fiind în siguranță? Deoarece am o dificultate și nu îndrăznesc să îi spun celuilalt să se oprească, **pielea** mea **se înroșește de furie** sau din contră, pot avea o dificultate de a-mi manifesta nevoia de contact uman, de mângâiere etc. Trăiesc un inconfort față de mama mea: fie simt că mă respinge, fie este supraprotectoare și mă deranjează acest lucru.

Acceptând↓♥ că ceea ce este important este să îmi respect nevoile și să le împărtășesc celorlalți, **dermatita** va dispărea de la sine.

883. PIELE — DERMATITA SEBOREICĂ

Pielea este învelișul protector al corpului și protejează de asemenea organele interne. **Dermatita seboreică** este o afecțiune cutanată frecventă, caracterizată prin pete roșii, mai mici sau mai mari, acoperite de scuame care se desprind de piele (galbene și grase). Se manifestă mai ales în zonele corpului în care secreția seboreică este mai importantă, de obicei pe pielea capului, în nări, pe frunte, tâmple, stern etc. Seboreea (hipersecreția de sebum) predispune la **dermatita seboreică**. Deoarece sebumul lubrifiază **pielea** și o protejează, este posibil să simt această nevoie de a mă proteja, deoarece "există riscul să îmi cadă o cărămidă în cap"? Manifestă un exces, un surplus, un secret greu de purtat, de exemplu: este posibil să îmi fi dat seama de o fraudă, la care am fost martor sau la care particip și îmi este teamă că voi fi demascat. Trăiesc un stres care apare des în viața mea, legat de un exces, o supraîncărcare a unei situații, pe care nu o mai pot tolera. Oare am grijă de cineva, în mod excesiv, fără să mă ocup mai întâi de propriile mele nevoi? **Dermatita seboreică** exprimă un conflict interior nerezolvat. Resping apropierea fizică de ceilalți, atunci când am un complex față de fizicul meu și există aspecte ale personalității mele pe care vreau să le ascund.

Accept↓♥ să trăiesc în adevăr. Recunoscându-mi propriile nevoi, exprimându-mi confuziile și frustrările, interiorul meu va deveni tot mai transparent. Iar pacea se va manifesta tot timpul.

884. PIELE — ECZEMA

Eczema este o afecțiune a **pielii**, acoperite de zone roșii, care pot apărea atât la adulți cât și la copii. Este un semn că cunt o persoană hipersensibilă. **Nu am învățat să mă iubesc** și, deoarece mă tem că voi fi rănit, trăiesc mult în funcție de așteptările celorlalți față de mine. Îmi este teamă că voi fi abandonat. Dacă am o **eczemă**, înseamnă că am trăit deja o situație de separare, foarte intensă, de exemplu în timpul unei mutări, o schimbare de clasă la școală sau o ceartă care a dus la o despărțire ulterioară. Poate fi o situație legată chiar de momentul când eram în pântecele mamei. Mai târziu mi-a fost foarte greu să mă **adaptez** la noile condiții de viață. Uneori, totul se petrece la nivelul simțămintelor, deoarece, din exterior, nu se văd schimbări prea mari. Este posibil să fi simțit că valorile mele sunt răsturnate și este ca și cum, ființa mea profundă ar fi fost respinsă. Am impresia că nu am nicio putere asupra vieții. Am tendința de a recrea situații în care mă simțeam separat, mai ales de cei pe care îi iubeam. **Eczema** indică faptul că ceea ce îmi lipsește, chiar inconștient, este contactul, atingerea persoanei respective, pe care acum am pierdut-o sau o văd foarte rar. Este nevoie să fac un travaliu de doliu. **Pielea** mea este cea care intra în contact cu celălalt și pentru că acel contact nu mai există, **pielea** își exprimă nevoia de a fi atinsă sub forma unei **eczeme.** Mesajul pe care mi-l transmite este că, am fost iubit, dar în trecut. **Eczema** indică, de asemenea, faptul că trăiesc o ambivalență față de atingere: am nevoie de ea, chiar dacă mă sperie. Dacă **eczema** este generalizată, separarea a fost bruscă, totală și s-a întâmplat mai devreme decât era prevăzut. Este ca și cum **pielea** mea transmite un țipăt, un strigăt de ajutor. De exemplu, dacă este vorba despre o **eczemă** localizată doar la **mâini**, îmi pot pune întrebarea dacă am pierdut un animal domestic, la care țineam foarte mult, dat fiind că îl luam în brațe, îl atingeam cu mâinile, **eczema** a apărut în acest loc. Este posibil, de asemenea, să trăiesc o situație în care mă simt frustrat, deoarece îmi port pică pentru că nu am acționat într-un anumit fel. Dacă **eczema** este la **coate** sau la **genunchi**, aceasta manifestă faptul că mă retrag în mine, ceea ce nu îmi este benefic. Acest lucru mă determină să mă **izolez**, să mă retrag și să mă devalorizez. Fie ceilalți mă uită, **fie mă uit eu pe mine, treptat, dar în detrimentul meu.** Acord multă importanță la ceea ce ar putea crede ceilalți despre mine sau la felul în care mă percep ceilalți. Imaginea pe care o ofer este foarte importantă. Îmi este greu să fiu eu însumi.

Faptul că nu știu încotro mă duce destinul meu, îmi dă o stare de neliniște, chiar anxietate. Trec de la disperare la revoltă sau la furie. Această disperare, care "mocnește" în mine, va "erupe" în valuri.

Efervescența și nerăbdarea pe care le trăiesc legat de o situație pe care vreau să o rezolv, se exprimă prin **pielea** mea, care fierbe în exteriorul meu. Toți acești factori **reuniți** mă determină să trăiesc **frustrare**, **iritare** și multă **supărare.** Emoțiile mele ies la suprafața pielei. Chiar dacă încerc să plac tuturor, omit să iau în considerare propriile mele nevoi, toate acestea pentru a mă face iubit de ceilalți. Sunt separat de o parte din mine. Acționez în funcție de așteptările celorlalți, în loc să fac ceea ce îmi place. **Resping ceea ce sunt.** Nu mă iubesc așa cum sunt, prin urmare, faptul că **pielea**, care este la suprafață și toată lumea poate să o vadă, este într-o stare proastă, chiar "urâtă", va confirma pe plan fizic, felul în care mă percep eu în interior. Cu cât mă resping mai mult, cu atât voi atrage mai mult în jurul meu oameni care am impresia că mă resping, iar frica mea de respingere se va manifesta ! Acest lucru mă face să mă retrag și să mă rup de realitatea exterioară, când de fapt, ceea ce vreau, în sinea mea, este să mă apropii de oameni. Pot fi "iritat" pe plan emoțional, fără să fiu conștient de acest lucru. Vreau ca prin **eczemă** să ridic o barieră fizică între mine și ceilalți pentru a mă **proteja** și a evita să mă simt amenințat sau rănit. Totodată, în cazul unui **bebeluș**, apare o **crustă de lapte** (dermatită seboreică) deoarece are nevoie de căldura umană și de contactul fizic cu ceilalți, mai ales cu mama. Deoarece mă simt "izolat" voi avea o **eczemă** pentru a mă apropia de ceilalți. Sunt vulnerabil la nivelul sensibilității mele. Am nevoie de **iubire** și de atenție. Este important de notat că, majoritatea **eczemelor** apar la **nou-născut** între două și șase luni. Este vârsta la care bebelușul devine **conștient** de propria lui existență, separată de cea a mamei lui. Faptul că această "separare" aduce nesiguranță sau o frică, va determina apariția **eczemei.** Dacă sunt un **copil**, nevoia mea de a fi atins manifestă prin nevoia de a avea un contact "**piele pe piele**", (în sensul propriu al termenului) cu o persoană pe care o iubesc și nu un contact în care să existe pături sua haine, care ar împiedica **contactul fizic.** Este posibil să mă simt neputincios față de toți adulții din jurul meu. Mă simt neputincios față de ei, fiind vulnerabil la reacțiile lor.

Fie că apare la un copil, fie că se manifestă la un adult, această crustă reprezintă ceea ce trebuie să ignor pentru a deveni eu însumi, acel "eu" ascuns de atât de mult timp. Personalitatea mea este închisă și mă rup de anumite părți din mine. Prefer să trăiesc într-un mod superficial, mă pedepsesc crezând că nu merit ceva mai bun. Accept↓♥ să las la o parte anumite atitudini, anumite scheme mentale pentru a mă detașa de trecut și a mă concentra pe acțiunile pe care le am de făcut în scopul de a-mi împlini potențialul.

Trebuie să mă accept↓♥ așa cum sunt și să mă iubesc. **CEEA CE NU ÎMI OFER EU ÎNSUMI, NU ÎMI POATE DA NIMENI, ACEASTA ESTE LEGEA RECIPROCITĂȚII.** Îmi identific nevoile reale și acționez în funcție de acestea. Învăț să trăiesc din plin momentul prezent, știind că fiecare gest pe care îl fac astăzi contribuie la viitorul meu. Avansez în viață cu încredere. Astfel, pielea mea se va "reînnoi".

885. PIELE — EPIDERMITA *Vezi și: ANEXA III, HERPES, PIELE*

Epidermita este o inflamație a **epidermei**, stratul exterior al **pielii.** În acest caz există cu siguranță, o tensiune între ceea ce trăiesc în interior și ceea ce se întâmplă în viața mea, în exterior. Este posibil să mă simt obligat să mă separ de trecutul meu, să mă rup de acesta. Poate fi vorba despre un anumit mod de a gândi sau o ideologie, de anumite comportamente sau persoane, care nu sunt în armonie cu mine. Furia pe care o simt, din cauza diferențelor dintre noi, mă supără, deoarece nu înțeleg ce s-a întâmplat, din moment ce ne-am îndepărtat atât de mult unii de alții.

Accept↓♥ să primesc schimbările din viața mea și uit vechile mele obiceiuri și moduri de a gândi. Învățând care sunt semnificațiile **pielii** și a problemelor de piele, pe plan metafizic, voi înțelege mai bine ceea ce trăiesc și voi putea îndrepta situația.

886. PIELE — ERUPȚIE (... de coșuri) *Vezi și: PIELE — MÂNCĂRIME*

O erupție cutanată se manifestă prin apariția unor pete mici roșii, cum mici excrescențe, la suprafața **pielii. Pielea** este prima parte din corp care intră în contact cu **universul.** Înroșirea are legătură cu emoțiile mele și **mâncărimea** este un semn al confuziei mele. Sunt iritat din cauza unor întârzieri sau încetiniri și sunt frustrat de o situație sau de o persoană. Această **erupție** poate fi legată, de asemenea, de o rușine sau o culpabilitate, pe care o simt. Am acționat prea repede ? Am mers prea departe cu vorbele și acțiunile mele? De obicei, există o stare de stres puternic, față de emoțiile mele și din această cauză apar **coșurile.** Așa cum pământul manifestă **erupții** vulcanice, deoarece la suprafața scoarței terestre se acumulează o presiune prea mare, **pielea** manifestă **erupţii** cauzate de tensiunile interioare, care vor să se elibereze. Dacă mă regăsesc, în viitor, într-o situaţie asemănătoare, corpul meu îşi va aminti şi va apărea o nouă **erupţie**. Simt contrarietate interioară, este posibil să mă simt ameninţat, sau pot chiar să mă resping, ca persoană. Nesiguranţa mea mă determină să mă "retrag", sperând eventual, că nu se va apropia oricine de mine. Inconştient, pot chiar să folosesc acest mijloc pentru a atrage atenţia. Îmi reţin creativitatea, forţele.

Dacă sunt adolescent, este posibil să îmi fie frică sau să rezist autorităţii exterioare. Aş vrea ca, integrarea mea ca adult să se petreacă mai repede. Oricare ar fi vârsta mea, viaţa mea este organizată de ceilalţi, deoarece nu prea am încredere în propriul meu potential. Am nevoie să acţionez, să fac unele lucruri, dar există unele experienţe neplăcute din trecutul meu, de obicei legate de tatăl meu, care mă împiedică să dobândesc mai multă autonomie.

Partea corpului care este afectată indică la ce nivel se află contrarietatea mea.

Accept↓♥ să conştientizez cauza **erupţiei** şi accept↓♥ să exprim ceea ce simt. Astfel mă eliberez şi **pielea** mea va străluci din nou. Îmi recunosc valoarea, înţelepciunea mea interioară.

887. PIELE — FURUNCULI *Vezi şi: INFLAMAŢIE*

Un **furuncul** este o inflamaţie a **pielii**, cauzată de o bacterie, caracterizată printr-o masă albicioasă de ţesut mort. Am impresia că cineva sau ceva îmi **otrăveşte** existenţa şi, deoarece refulez în mine toată această furie, angoasele mele, am ajuns "să fiu sătul până peste cap" şi prea-plinul se manifestă printr-unul sau mai mulţi **furunculi**. Deoarece afectează **pielea**, furia trăită este provocată, de obicei, de o situaţie în care am fost **separat** de cineva sau de ceva, care îmi era drag şi cu care nu mai pot avea contact fizic (atingere). Sau de exemplu, este posibil să fi trecut pe lângă un moment de glorie, în care aş fi putut fi "senzaţia spectacolului", dar am fost lăsat în umbră. Poate fi vorba despre o promoţie sau o avansare la serviciu, care mi-a scăpat printre degete. Locul din corpul meu unde se manifestă **furunculul** oferă o indicaţie cu privire la aspectul vieţii mele care îmi provoacă o furie atât de mare şi asupra motivului pentru care aceasta fierbe în interiorul meu, deoarece mă simt murdărit. De exemplu, un **furuncul** pe umărul stâng, indică o frustrare legată de responsabilităţile mele familiale şi cele din cuplu. Pot avea impresia că am prea multe responsabilităţi, iar partenerul meu prea puţine.

Accept↓♥ să îmi exprim furia pe care o trăiesc şi să cer ajutor, dacă este cazul, pentru a evita să mă otrăvesc prin apariţa unui **furuncul**.

888. PIELE — FURUNCULI VAGINALI

Orice **furuncul** indică o frustrare neverbalizată. Dacă apare la nivelul organelor sexuale, este posibil să simt o furie împotriva partenerului meu şi a felului în care sexualitatea este trăită (de exemplu: pot fi frustrat faţă de durata, de frecvenţa, de intensitatea relaţiilor noastre sexuale ?)

Dacă nu am un partener, este posibil să trăiesc o furie din cauza faptului că nu îmi trăiesc sexualitatea aşa cum vreau eu. În cazul în care am un partener, indiferent de situaţie, este important să îmi comunic nevoile, frustrarea, pentru ca împreună să aducem schimbările necesare pentru ca relaxia sexuală să se împlinească.

Dacă nu am un partener, îmi accept↓♥ situaţia actuală, ca fiind cea mai bună pe moment. Având o atitudine pozitică, îmi cresc şansele de a întâlni pe cineva cu care aş putea avea o relaţie frumoasă şi satisfăcută, pe toate planurile.

889. PIELE — SCABIE (RÂIE)

Scabia sau **râia** este o boală a pielii cauzată de paraziţi. Se caracterizează prin mâncărime. În acest caz, îmi pun următoarele întrebări: cine deranjează atât de tare, încât am o mâncărime continuă ? Există o situaţie în viaţa mea, pe care vreau să o schimb, de ceva timp, dar nu se întâmple nimic? Poate pentru că, lucrurile nu se întâmplă aşa cum vreau eu şi nici atât de repede cât vreau eu. Mă las deranjat, "infectat" de o persoană, un lucru sau o situaţie şi ar fi bine să renunţ să vreau să controlez totul în viaţa mea. Poate mă deranjează faptul că îmi este greu să îmi suport comportamentul meu supus.

Mă simt neputincios în anumite situaţii din viaţa mea şi am tendinţa de a arunca sarcina asupra celorlalţi. Îmi este teamă să mă afirm şi este ca şi cum aş lăsa pe cineva sau ceva, "să îmi crape pielea", fără ca eu să pot face ceva. Îmi este teamă că cineva îmi va face rău şi prefer să mă dau la o parte în loc să-mi spun deschis gândurile şi ceea ce simt. Mă interiorizez mult şi sunt aproape "sălbatic" faţă de ceilalţi. Observ unde se localizează **scabia**, pe ce parte a corpului, pentru a descoperi cauza afecţiunii mele. Trebuie să las să curgă cursul vieţii mele şi să îmi spun că există un timp pentru toate lucrurile.

Accept↓♥ ca totul să fie la locul potrivit şi în armonie. Mă respect şi preiau controlul asupra vieţii mele şi astfel reintru în contact cu puterea mea creatoare.

890. PIELE — IMPETIGO

Impetigo este o infecţie cutanată contagioasă, care afectează mai ales copiii sub zece ani. Trăiesc o situaţie foarte dificilă la nivel emoţional. Cineva îmi otrăveşte viaţa şi pot exprima acest lucru: corpul meu vorbeşte pentru mine. Mă simt vulnerabil, agresat şi aş vrea să mă simt în siguranţă şi protejat de lumea exterioară. Trăiesc o situaţie nedreaptă, care îmi afectează echilibrul şi vreau să alung acel lucru sau persoană, din viaţa mea, dar nu ştiu cum să fac acest lucru. Detest ceea ce văd.

Îmi deschid **inima♥** faţă de cineva apropiat, în care am încredere şi accept↓♥ să îmi dezvălui secretul. Astfel mă voi elibera de o suferinţă mare. Accept↓♥ faptul că am propriile mele limite. Le fac să fie respectate de toţi cei din jurul meu şi astfel îmi regăsesc siguranţa interioară de care am atât de mult nevoie.

891. PIELE — KERATOZĂ *Vezi şi: PIELE — ACROKERATOZĂ, PICIOARE / DURILLON / BĂTĂTURI*

Keratoza se caracterizează prin îngroşarea stratului superficial al pielii. Pe acesta din urmă pot apărea suprafeţe roşiii, scuamoase, care pot forma o crustă.

Dat fiind că pielea este legătura dintre lumea interioară şi cea exterioară, este posibil să simt unele frici legate de mediul meu şi să simt nevoia să mă protejez printr-o "barieră deasă". Culoarea roşie indică o frustrare refulată, cu privire la ceea ce trăiesc. Mă revolt împotriva "destinului" meu. Nu îndrăznesc "să iau taurul de coarne" şi să înfrunt anumite dificultăţi. Este posibil să îmi fie teamă că partenrul meu mă înşală şi sunt păcălit. Este nevoie să îmi revăd priorităţile şi să îmi restructurez viaţa. Baza relaţiilor sau a relaţiei mele este mult mai fragilă decât cred. Locul în care se formează **keratoza**, pe braţ, pe coapse, pe faţă sau pe mâini, indică în ce aspect al vieţii mele simt nevoia să mă protejez.

Accept↓♥ să transmit gânduri de **iubire** corpului meu, în locul unde se formează **keratoza** pentru a integra **conştientizarea**. Încrederea faţă de viaţă va creşte şi voi putea să îmi regăsesc supleţea naturală a pielii.

892. PIELE — LEUCODERMIE *Vezi şi: CICATRICE, PIELE — ALBINISM / VITILIGO*

Leucodermia, denumită şi **acromie** sau **depigmentaţie**, este o micşorare, pierdere sau absenţă a pigmentaţiei naturale a pielii, constând în apariţia unor pete decolorate, albe, înconjurate de o zonă în care pielea este mai pigmentată decât de obicei. Apare de multe ori, în zona unei cicatrici.

A avut loc un eveniment important şi viaţa mea a luat o turnură diferită de cea la care mă aşteptam. M-am simţit rănit, trădat, nerespectat în intimitatea mea. Durerea interioară mă urmăreşte şi aş vrea să dispară pentru a nu mai suferi. Poate fi doar o pată mică, albă, dar are legătură cu o rană profundă, care a lăsat urme. Pot să mă simt vinovat pentru că am respins pe cineva, involuntar, prin cuvintele sau prin gesturile mele. Acest lucru îmi afectează viaţa de zi cu zi. Culoarea unora dintre relaţiile mele a devenit acum palidă sau inexistentă.

Accept↓♥ să îmi asum responsabilitatea pentru propriile mele emoţii şi le las celorlalţi responsabilitatea pentru emoţiile lor. Descopăr ce anume îmi afcetează bucuria de a trăi şi mă împac cu mine însumi. Îmi ascult **inima♥** şi exprim celor în cauză ce m-a făcut să sufăr şi cum văd evoluţia relaţiei noastre.

893. PIELE — LIPOM

Un **lipom** este o tumoră benignă, formată prin proliferarea de ţesut adipos (grăsime), localizarea lui este de obicei sub-cutanată şi nu este necesară ablaţia. Apare mai ales între 30 şi 60 de ani. Locul în care se situează oferă indicaţii asupra cauzei apariţiei sale.

Este posibil să mă devalorizez frecvent, să mă judec faţă de anumite părţi ale corpului meu fizic şi **lipomul** poate apărea mai ales pe acele locuri, de exemplu, pe pântec. Poate ceilalţi au râs de mine sau au făcut glume pe seama mea şi acest lucru m-a făcut să sufăr şi m-am simţit agresat. Deoarece există o supraproducere de celule grase, este posibil să mă întreb faţă de cine sau de ce vreau să mă protejez. Mă simt agresat şi fără protecţie: care sunt problemele profunde care mă urmăresc? Mă simt abandonat, doar dacă nu sunt eu cel care păstrează distanţa, pentru a fi capabil să continue să trăiescă în societate... Fiind **conştient** de mesajul acestei "tumori benigne", pot repara situaţia periculoasă, fără să îmi produc o violenţă, fără să continui să mă agresez.

Accept↓♥ să descopăr rana legată de o situaţie anterioară pentru a mă accepta↓♥ aşa cum sunt şi renunţ la teama de ridicol. Începând de acum nu mă mai supraprotejez şi accept↓♥ să fiu deschis la schimbare. Mă îndepărtez de acele puncte de sprijin pe care le-am fixat în subconştientul meu. Mă împac cu mine însumi şi sunt deschis faţă de o nouă comunicare cu ceilalţi.

894. PIELE — LUPUS (eritematos cronic)

Există mai multe forme de **lupus**. În general, este o boală inflamatorie care poate afecta un număr mare de organe. Cauza sa este considerată o problemă a sistemului auto-imun. Când este afectată **pielea**, vorbim despre **lupus eritematos cronic.**

Pot fi afectat de **lupus** atunci când trăiesc o stare de descurajare profundă, de ură sau ruşine faţă de mine însumi, ceea ce duce la slăbirea sistemului meu imunitar. Starea mea de rău îşi are de multe ori originea într-o culpabilitate emoţională puternică, care mă invadează şi mă roade pe interior. Mă consider o persoană rea, nu merit să fiu fericit. Prefer să mă pedepsesc decât să mă afirm. Renunţ, mă predau, deoarece am impresia că nu există nicio ieşire posibilă, nicio soluţie şi pot avea o frustrare faţă de neputinţa mea. Am **suferit** atât de mult în viaţă încât nu mai vreau. Mai păstrez încă cicatrici adânci. Mă simt ca un **lup** rănit, fără putere. Vreau să fiu lăsat singur. Moartea este o formă de scăpare şi refuz să accept↓♥ **iubirea** şi iertarea faţă de mine însumi sau faţă de ceilalţi.

Accept↓♥ să învăţ din nou să mă iubesc pe mine însumi, ceea ce constituie o etapă importantă, chiar esenţială pentru vindecarea mea. Pot că cer ajutor, din interiorul meu sau să cer unor persoane competente să mă ajute pentru a începe procesul de vindecare interioară. Mă reconectez la puterea mea interioară şi îmi las să se manifeste ambiţiile de "lup tânăr"! Astfel vor fi recunoascute talentele mele şi potenţialul meu.

895. PIELE — MÂNCĂRIME *Vezi şi: PIELE — ERUPŢIE [... COŞURI]*

Mâncărimea, denumită şi **prurit** este legată de piele, organul senzorial cel mai întins al corpului uman. **Mâncărimea** este o iritare, o senzaţie că ceva "alunecă" sub **piele** şi mă afectează într-un anumit loc sau care mă irită pe interior. Mă simt contrariat din cauza dorinţelor nerealizate şi simt un soi de nerăbdare, care mă face să mă scarpin tot timpul...

Scărpinatul indică faptul că situaţiile din viaţa mea nu se desfăşoară aşa cum vreau eu şi că nu mai am bucuria şi plăcerea de a trăi, pe care aş vrea să le regăsesc. Lucrurile nu avansează repede pentru mine. Sunt iritat, nemulţumit de viaţa mea şi am impresia că ceilalţi sunt de vină. De multe ori caut prea departe fericirea care este de fapt, chiar lângă mine... Nu simt că am control asupra vieţii mele şi am resentimente faţă de orice fel de autoritate. Oare nu eu sunt cel care mă limitez, prin faptul că mă separ de propriile mele emoţii? Viaţa mă determină să fac schimbări rapide. În consecinţă, trăiesc **nesiguranţă** şi **remuşcări**. Oare ce mă "mănâncă" atât de tare încât mă scarpin până la sânge ? (sau ce am nevoie să văd în adâncurile ființei mele pentru a găsi răspunsul la întrebările mele). Nu am un răspuns sau nu vreau să îl văd ? Poate nu vreau să ajung în stradă. Ce trebuie să fac pentru a schimba această stare ? **Identific "cauza" iritării.** Poate fi o situație legată de tatăl meu, de mama mea sau de cineva pe care îl iubesc ? Sau este vorba despre o situație pe care vreau să o schimb în interiorul meu ? Îmi pun întrebări legate de locul meu în cadrul familiei. Simt că aparțin familiei mele sau mai degrabă am impresia că sunt separat de ea și trebuie să caut **iubirea** în altă parte ?

Am pierdut contactul cu propriile mele emoții ? Dacă iritația este generalizată pe întreg corpul, înseamnă că îmi afectează ființa într-un mod foarte intens. Dacă apare într-un anumit loc, voi găsi răspunsul în funcție de partea afectată. De exemplu, la nivelul **pielii capului**, semnifică faptul că există o dezordine în gândurile mele. Am încredere în mentalul meu pentru a găsi răspunsuri la întrebările mele, dar ar trebui să le caut mai mult în **inima♥** mea.

Accept↓♥ aceste mâncărimi, deoarece știu că sunt un mesaj care mi se transmite. Nu mai am nevoie să mă evit ceea ce simt, pentru ca **mâncărimea** să dispară. Din contră, dacă este vorba despre **alergii**, încerc să aflu la ce sau la cine sunt alergic. Nu voi mai avea nevoie să mă simt atât de rău încât să mă scarpin tot timpul. În interiorul meu știu că deschiderea **inimii♥** poate vindeca multe boli !

896. PIELE — MÂNCĂRIME ÎN ZONA ANUSULUI *Vezi: ANUS — MÂNCĂRIME*

897. PIELE — MELANOM MALIGN

Melanomul malign mai este denumit și **cancerul alunițelor.** Este vorba despre o tumoră la nivelul **pielii** sau a mucoaselor de la la nivelul ochilor, care provine din celulele responsabile de pigmentarea pielii (melanocite). Există forme de **melanom** care apar spontan și cele care rezultă din transformarea unei alunițe, care sunt mai rare. **Melanomul** are legătură cu anumite emoții asemănătoare cu cele trăite în cazul apariției unei simple **alunițe** (lentigo), dar în acest caz sunt mult mai violente, mai profunde și diversificate. **Melanomul** apare într-o zonă a corpului, pe care o pot asocia cu un eveniment în care **m-am simțit MURĂDIT**, pătat, mutilat, desfigurat, **denigrat**. Am simțit că a fost atinsă integritatea corpului meu. Pielea mea se modifică, se alterează. Este ca și cum **pielea** și-ar aminti un contact fizic neplăcut, impus, forțat, de către societate, familie sau o altă persoană. **Melanomul** devine astfel un scut, o carapace pentru a evita orice altă agresiune. Îmi pun sub semnul întrebării **INTEGRITATEA** mea fizică și morală.

Am nevoie să mă **albesc**, fie față de ceea ce am făcut sau am spus, fie față de ceva ce mi s-a făcut, o situație pe care m-am simțit murdărit. Sau este posibil să fi trăit un eveniment în care m-am simțit **SMULS** de lângă cineva sau de ceva care îmi era drag (bolile de piele sunt de multe ori legate de o separare) și față de care am pierdut orice **urmă.** De asemenea, este posibil să îmi fie teamă că voi trăi această senzație de smulgere, în viitor... Pot exista secrete de familie, precum nașterea unui copil în afara căsătoriei, despre care nu s-a vorbit nimic și care s-a ascuns cu mare grijă. Limitele și granițele mele au fost încălcate și mă simt foarte vulnerabil. Relațiile mele cu ceilalți, mai ales cu unii membri ai familiei mele, sunt "iritante". **Melanomul** se manifestă frecvent în urma unui conflict cu o persoană, care face referință la un element masculin, precum tatăl meu sau o persoană care îmi amintește de el. Sau pot face parte dintr-un cuplu, dar mă simt separat, despărțit de partenerul meu. Spațiul meu vital a fost **poluat**. Mă simt **zdrobit**, nedemn. Pot, de asemenea, să mă judec foarte sever și să mă consider "un gunoi" care trăiește în disperare, nu am nicio urmă de respect față de mine și ceilalți, sunt întotdeauna pe primul loc. Mă simt **micșorat, DEVALORIZAT**, în ceea ce sunt și în ceea ce sunt capabil să îndeplinesc. Îi las pe ceilalți să aibă putere asupra mea și le ascult criticile. Situațiile în care trebuie să fiu apropiat de ceilalți, atât pe plan fizic cât și emoțional, sunt foarte dificile pentru mine. Faptul de a-mi **freca** pielea de altcineva îmi trezește rănile interioare. Trăiesc o luptă continuă între faptul de a avea nevoie de ceilalți, până la a deveni dependent de ei și, în același timp, dorința puternică de a fi autonom ! Mă pot simți smuls, **despicat** în interior. Nu îmi mai suport limitările. Am nevoie de libertate. Am nevoie să îmi delimitez clar spațiul. Mă simt **abătut** deoarece am impresia că mi-am pierdut integritatea morală și fizică. Am tendința de a vedea totul în negru.

Pentru ca toate acestea să **înceteze**, accept↓♥ să readuc **iubirea** în situațiile care au declanșat acest **melanoma**. Deși au fost situații foarte dificile, în momentul în care le-am trăit, accept↓♥ să văd care este elementul pozitiv sau înțelepciunea interioară pe care am obținut-o. Accept↓♥ să cer **ajutor**, când este necesar.

898. PIELE — PETE DE VIN, ANGIOM MATUR SAU PLAN

Petele de vin (numite în limbaj medical **angiom matur sau plan)**, sunt malformații foarte frecvente ale capilarelor, localizate pe partea de la suprafața pielii. Dacă, la naștere am avut o astfel de **pată de vin**, pot să încerc să examinez, pe ce parte a corpului se situa. **Pata de vin** corespunde de obicei unei emoții puternice, mai ales furie sau durere, trăite de către mama atunci când mă purta în pântece și care m-a afectat și pe mine. Există un sentiment de rușine, care vine de foarte departe din trecut și care mă face să mă devalorizez. Această rușine se pare că afectează toată familia. Poate avea o legătură cu contacte familiale care sunt constrângătoare sau chiar inexistente, ceea ce determină multă **confuzie.** Sunt atașat de familia mea. Am tendința de a ataca sub formă de afirmație. **Petele de vin** sunt adeseori destul de șterse și aș vrea tât de mult să mă **topesc** în mulțime și să nu fiu remarcat. Dat fiind faptul că prin chirurgie sau tratament cu laser, petele pot dispărea în totalitate sau parțial, trebuie să **conștientizez** legătura pe care o are această afecțiune cu mine și astfel să o integrez și să reușesc să fiu mai mult tu însumi.

Nu mai este nevoie să suport această rușine închisă în pata aceea roșie: mă eliberez și accept↓♥ să am propria mea viață, independentă de cea a familie mele.

899. PIELE — PSORIAZIS

Psoriazisul constă în creşterea producţiei de celule cutanate, care creează o aglomerare de celule moarte, o îngroşare a pielii, plăci roşii, dese sau separate, care sunt acoperite de fragmente de scuame. Dacă sufăr de **psoriazis** mă număr printre cei 2% din populaţia lumii, care au această boală. În general sunt hipersensibil şi am o nevoie mare de **iubire** şi de afecţiune, care nu este împlinită, nevoie care îmi aminteşte de o altă perioadă dificilă, din trecut. În acea perioadă, este posibil să fi avut un sentiment puternic de abandon sau de separare de cineva sau de ceva drag.

Psoriazisul implică existenţa unei duble separări[65], de cele mai multe ori, de două persoane diferite sau o dublă separare faţă de aceeaşi persoană. De exemplu, am fost separat de ambii părinţi când eram copil. **Pielea** a fost "atinsă" deoarece, pentru mine, copil fiind, cel mai mult am nevoie de contactul fizic cu părinţii mei sau cu o persoană pe care o iubesc şi de care mă simt apropiat. O dublă separare poate fi separarea de mama mea şi un frate sau o soră sau separarea de partenerul meu şi un proiect ("copilul meu") sau orice altă combinaţie care implică o separare de două persoane sau ed două situaţii, pe care le iubesc şi care îmi sunt foarte dragi. Este posibil să mă simt separat de mine, de propria mea identitate. În plus, mă pot simţi obligat să am contacte nedorite cu alte persoane. Faptul de a fi sau a mă simţi separat împiedică acel contact, mai ales prin atingere, cu pielea, cu persoanele pe care le iubesc. **Reuniunea** este imposibilă. Astfel va apărea **psoriazisul.** În prezent, îmi este atât de teamă că voi fi rănit încât vreau să păstrez o anumită distanţă între mine şi ceilalţi. Vreau să evit să sufăr. **Psoriazisul** este o bună modalitate de protecţie pentru corpul meu, împotriva oricărei apropieri fizice şi împotriva vulnerabilităţii mele. Este ca o armură care şi îmi protejează corpul de exterior. Trăiesc un conflict interior, o ambivalenţă între nevoile mele şi dorinţa mea de apropiere şi frica mea de contact, care mă face să păstrez distanţa. Mă simt neînţeles de ceilalţi. Vreau să controlez ceea ce îmi oferă ceilalţi. Am impresia că sunt păcălit, că unele persoane abuzează de autoritatea lor, mai ales dacă au mulţi bani. Trebuie să mă eliberez de anumite modele mentale şi atitudini acumulate în mine şi care, acum nu mai au niciun motiv să existe. Mi-am reprimat atât de mult emoţiile şi trăiesc o angoasă permanentă. Îmi controlez viaţa până în momentul în care trebuie să fac faţă propriilor mele emoţii. Atunci, intru în panică.

Îmi accept↓♥ sensibilitatea, învăţ să fac lucrurile pentru mine şi nu doar în funcţie de aşteptările celorlalţi faţă de mine. Deşi **psoriazisul** a apărut în urma unui eveniment dureros sau a unui şoc emoţional, accept ↓♥ că acest lucru face parte din procesul natural de viaţă şi din dezvoltarea mea şi accept↓♥ să devin mai puternic şi mai solid în interiorul meu. Îmi îmblânzesc fiecare emoţie. Învăţ să am încredere în mine. îndrăznesc să îmia sum riscul de a fi deschis faţă de ceilalţi şi de a primi tandreţea contactului fizic. Fiind "în contact" cu ceea ce se întâmplă în interiorul meu, angoasa va face loc încrederii în mine şi în viaţă !

---

[65] **Dublă separare:** în cazul unei eczeme, este vorba despre o separare simplă, de o singură persoană sau situaţie

900. PIELE — PUNCTE NEGRE *Vezi şi: FAŢĂ*

Punctele negre sau **comedoane** sunt mici puncte care apar la suprafaţa pielii, negre la vârf, cauzate de o hipersecreţie de sebum[66]. Aceste puncte sunt expresia exterioară a sentimentului meu interior, de a fi murdar, " de a nu valora prea mult" şi care indică faptul că nu mă respect. Chiar îmi este ruşine de mine, ceea ce face dificile contactele mele cu ceilalţi. Sentimentul meu de abandon, de singurătate şi de eşec, mă apasă foarte tare. Tenul feţei (unde apar de obicei comedoane) devine strălucitor şi este nevoie să învăţ să mă iubesc şi să fiu mândru de mine.

Accept↓♥ să învăţ să am mai multă încredere în mine. Îmi fac din nou proiecte. Toate aceste gânduri **negre** pe care le am faţă de mine însumi şi care se manifestă sub formă de **puncte negre** sunt înlocuite acum de gânduri pozitive. Îmi concentrez atenţia pe calităţile mele şi ceilalţi mă vor respecta.

901. PIELE — SCLERODERMIE *Vezi şi: SISTEM IMUNITAR*

Sclerodermie se caracterizează prin întărirea **pielii**, pierderea mobilităţii şi a supleţei sale. Dacă sufăr de această boală sunt de obicei, foarte sever cu mine însumi şi mă simt destul de des rănit. Trăiesc o nesiguranţă mare şi cred că trebuie să mă protejez tot timpul de cei din jurul meu. Pentru a reuşi acest lucru, mă înăspresc atât de tare încâr devin un bloc de gheaţă şi evit, când este posibil, să vorbesc. Îmi este frică de schimbare şi, mai ales, de bătrâneţe. Este posibil să trăiesc o situaţie în care mă simt departe, separat de cineva sau de ceva şi persistenţa în timp a acestui sentiment poate declanşa **sclerodermia.** Este ca şi cum acea persoană a smuls o parte din mine. Simt singurătate, un gol şi am impresia că nu trăiesc. Mă agăţ de trecut şi îmi hrănesc vechile răni. Deoarece reţin totul, povara este tot mai grea, pe zi ce trece. Deoarece nu sunt în contact cu **inima♥** mea şi cu emoţiile mele, nu mă pot bucura de viaţă. Mă retrag în mine însumi, evitând relaţiile cu ceilalţi şi, într-un anumit fel, mă distrug. Mă simt nul, "bun de nimic" deoarece nu am reuşit să împiedic acea separare. Consider lucrurile implacabile et mă întreb cum s-ar mai putea schimba ceva în viaţa mea. Deoarece îmi este teamă să fiu judecat, evit să îmi arăt adevărata faţă.

Vindecarea se află în deschiderea faţă de ceilalţi. Accept↓♥ să îmi deschid **inima♥** spre **iubire**, să simt căldura şi starea de bine din jurul meu, acea căldură care coboară în adâncul meu şi topeşte blocul de gheaţă. Îmi **conştientizez** valoarea şi accept↓♥ fiecare parte din mine. Acceptând să fiu pe deplin în relaţie cu mine însumi, voi putea fi în relaţie cu cei din jurul meu.

902. PIELE — URTICARIE

Urticaria se caracterizează prin apariţia unor plăci roşii, pe diverse părţi ala corpului. Acestea sunt uşor bombate şi provoacă o mâncărime puternică. **Urticaria** poate proveni dintr-o intoxicaţie alimentară sau din cauza unor medicamente sau alte substanţe, iar starea se poate agrava din cauza stresului şi a tensiunii. Este posibil să mă simt depăşit de situaţie, fac foarte multe, chiar dacă ceea ce fac nu este recunoscut. Am nevoie de atenţia celorlalţi, dar nu suport criticile. Dacă sufăr de **urticarie**, sunt probabil o persoană hipersensibilă, care trăieşte multă respingere. Nu îmi place persoana care sunt şi frica mea de a fi rănit este atât de mare, încât pentru a fi iubit, fac totul în funcţie de aşteptările celorlalţi faţă de mine. Frica mea de a fi respins se concretizează deoarece mă resping eu însumi. Am adeseori impresia că cineva vrea să scape de mine, să mă alunge. Pielea mea acoperită de acele plăci roşii mă face să mă simt urât şi neatrăgător. Mă simt ca un animal **marcat cu fierul roşu**, sunt dependent de proprietarul meu. Deoarece trăiesc în funcţie de ceilalţi, mă împiedic să fac lucruri pentru mine, nu îndrăznesc să îndeplinesc proiecte noi, ceea ce îmi amplifică sentimentul de neputinţă. Le port pica celorlalţi, îi fac responsabili de nefericirea mea. Mă simt separat, chiar smuls de lângă cineva şi integritatea mea este atinsă. Totuşi, îmi doresc acea separare, deoarece astfel evit complicaţiile.

---

[66] **Sebum:** o formă de grăsime, alcătuită din trigliceride, care se formează mai ales la suprafaţa epidermei

Accept↓♥ să fiu stăpân pe viaţa mea şi devin persoana cea mai importantă pentru mine. înaintez şi am încredere în mine. Accept↓♥ să merg înainte, să interacţionez cu ceilalţi. Am toate calităţile necesare pentru a fi un bun conducător.

903. PIELE — VARICELA *Vezi şi: BOLILE COPILĂRIEI — VARICELA*

Varicela este o boală infecţioasă cauzată de reactivarea virusului *varicelo - zosterian*. Este recunoscută după erupţia cutanată, care se manifestă unilateral şi în bandă, urmând traiectoria unui nerv. Nervii fiind mijloace de comunicare interioară, durerea pe care o provoacă erupţia indică o ruptură în comunicarea din zonele afectate. Varicela arde ca focul (senzaţie care poate fi determinată de furia rezultată în urma criticilor celorlalţi sau de frică). M-am simţit agresat şi trăiesc o mare supărare. Există o situaţie sau o persoană care m-a rănit, mi-a provocat o **tensiune** şi corpul meu are nevoie de **atenţie**. În plus, pot avea impresia că am fost murdărit, pătat. Durerea îmi reaminteşte un contact nedorit, o obligaţie de a mă supune unei autorităţi oarecare. Primul meu reflex este să mă retrag, să mă închid, crezând că astfel voi evita alte răni. Am acest comportament deoarece situaţia aceea mă face să simt o **nesiguranţă interioară foarte mare.** Acţionând astfel, întorc spre mine această agresiune, a cărei victim cred că am fost. Le dau dreptate agresorilor mei. Mă simt tot timpul în pericol. Există o parte din mine pe care nu vreau să o văd. Îmi refulez energiile creatoare. Vreau să evit contactul cu acea parte din mine pe care o consider întunecată.

Accept↓♥ faptul că erupţia aceasta plină de pete are drept scop să mă ajute să **conştientizez** că trăiesc o reacţie sau o iritare emoţională intensă, faţă de cineva sau faţă de ceva, care îmi provoacă un stres excesiv şi care mă determină să iau foarte greu unele decizii. Chiar dacă caut armonia în relaţiile mele şi în relaţiile celorlalţi, singura putere pe care o am este asupra propriei mele vieţi. Corpul meu îmi spune să am încredere în curentul vieţii, care există în mine. Îmi accept↓♥ sensibilitatea deoarece aceasta face parte din mine. încetez să mai fiu propriul meu duşman şi accept↓♥ să mă privesc în ochi. Intrând în contact cu fiecare parte din fiinţa mea îmi voi regăsi sentimentul de siguranţă. Învăţ să mă detaşez de suferinţa celorlalţi, ştiind că aceştia au nevoie şi ei de procesele lor de **conştientizare**, pentru a se împlini.

904. PIELE — VÂNĂTĂI

Vânătăile se mai numesc **contuzii**. Se manifestă prin nişte plăgi de culoare roşie, albăstruie sau neagră, care apar în urma unei lovituri cu un obiect dur, care sparge pielea. Această contuzie are legătură cu o **emoţie refulată**, o durere mentală sau o angoasă profundă, pe care nu o verbalizez. Agresivitatea mea se întoarce împotriva mea. Poate apărea în momente de oboseală puternică, când nu sunt concentrat. Incerc să aflu care este adevărata mea putere asupra vieţii şi a evenimentelor. Evit emoţiile şi am impresia că nu valorez nimic. Mă simt sclavul celorlalţi, mă întreb care este loculcare mi se cuvine. Le las celorlalţi autoritatea pe care ar trebui să o manifest eu însumi, prin vorbele şi prin comportamentele mele. Mă privez de adevărata mea valoare personală. Sentimentul meu de slăbiciune mă irită foarte puternic ! Mă simt **vinovat** din orice motiv, vreau să mă pedepsesc, adopt atitudinea unei victime, îmi lipseşte rezistenţa în faţa evenimentelor vieţii (am o predispoziţie spre **contuzii).** Viaţa mă avertizează imediat că, atunci când mă izbesc de ceva, nu mă îndrept spre direcţia bună, oricare ar fi acel obiect, de obicei imobil, prin faptul că îl întâlnesc, mă autopedepsesc. Mă uit pe unde merg ? Mă comport cu blândeţe în viaţă sau am tendinţa de a acţiona brusc ? Sunt suficient de atent pentru a continua sau sunt prea slab şi prea obosit de rănile mele interioare, care se manifestă acum pe plan fizic ? Sunt destul de liniştit în interiorul meu ? Mă distanţez suficient de mult faţă de o situaţie pentru a-i înţelege cu adevărat sensul ? Vreau să evadez şi trăiesc "altundeva". Este posibil să vreau atât de mult să fac lucrurile pentru a fi iubit şi apreciat, încât îmi concentrez toată atenţia pe ceea ce am de făcut şi nu mai văd ceea ce vine spre mine. Mă lovesc pentru a-mi pune întrebări şi a avea impresia că acestea rămân fără răspuns. Devin încăpăţânat în loc să fiu perseverent. Am vânătăi deoarece am nevoie de **iubire** şi de afecţiune şi nu primesc decât violenţă şi lovituri. Mă simt victima evenimentelor şi am impresia că trebuie să îndur suferinţa. Îmi plâng de milă. Sunt "negru de furie" şi am impresia că trebuie să mă bat în viaţă. Mă mutilez eu însumi, crezând că merit ceea ceea ce mi se întâmplă. Poate este nevoie să îmi revizuiesc poziţia pentru a fi capabil să evit obstacolele care apar în calea mea.

Accept↓♥ să îmi controlez viaţa. Este foarte important să aleg şi să îmia sum deciziile care sunt în armonie cu mine însumi, cu evoluţia mea. Am mai multă grijă de mine şi nu mai am nevoie să fac rău, deoarece ştiu că merit să fiu fericit şi că cineva are grijă de mine. Reiau frâiele vieţii mele. Mă respect şi **accept↓♥** să îmi schimb cadrul de viaţă pentru a rămâne flexibil în faţa vieţii şi a ceea ce are ea de oferit.

905. PIELE — VERGETURI

Vergeturile sunt mici cicatrici la început roşietice apoi albe, care brăzdează pielea, supusă unei întinderi exagerate. Cele mai cunoscute sunt **vergeturile din sarcină**, dar acestea pot apărea şi în perioada pubertăţii sau la persoane care slăbesc, după ce s-au îngrăşat, mai mult sau mai puţin. Avem tendinţa să credem că mai ales femeile au **vergeturi**. Dar nu este aşa: sunt mulţi bărbaţi şi uneori chiar copii care au vergeturi. De multe ori sunt legat de un mecanism de genul "m-am îngrăşat şi am slăbit". Apar mai ales pe burtă, dar şi pe fese, pe coapse sau pe braţe. Îmi fac griji pentru aspectul meu estetic. Îmi lipseşte supleţea şi elasticitatea, nu trăiesc conform cu natura mea profundă. Trăiesc divergenţe mari de opinie, care mă fac să nu mă simt bine. Sunt tensionat şi pielea mea este afectată de **vergeturi**. Mă simt rănit sau amorţit faţă de ataşament şi vulnerabilitate. De multe ori eu sunt cel care mă pedepsesc.

Accept↓♥ să îmi ofer toată tandreţea de care am nevoie. Sunt înţelegător şi flexibil faţă de mine şi faţă de ceilalţi.

906. PIELE — VERUCI, NEGI (în general) *Vezi şi: TUMORI*

Verucile (negii) sunt o infecţie virală a pielii, care produce un exces de celule, creând astfel o masă dură şi inodoră (o tumoră benignă). Această masă simbolizează acumularea de bariere pe care mi le ridic în drumul meu. Bariere de suferinţă, de ranchiună, legate de anumite aspecte din mine, pe care le consider urâte şi detestabile, care provoacă un sentiment de culpabilitate. Îmi este ruşine de cine sunt. Îmi resping spontaneitatea şi sensibilitatea. Mă simt respins şi neînţeles de ceilalţi. Dacă acest lucru se întâmplă în relaţie cu tatăl meu, **negii** apar de obicei pe mâini şi, dacă este în relaţie cu mama, vor apărea mai ales pe picioare. În acest caz, poate fi vorba despre o situaţie legată de rădăcinile mele, de patria mea, de familia mea. **Veruca** poate apărea într-un loc precis, pe unul dintre membre (de exemplu, în interiorul mâinii) ca rezultat al unui gest pe care îl regret. Nesiguranţa mea mă face să mă retrag în mine însumi. Trăiesc în funcţie de ceilalţi. Am nevoie să ating şi să fiu atins. Mă caut cu disperare. Pentru mine, nimic nu este clar, evident. Dacă, de exemplu, am **negi pe partea exterioară a mâinii**, mă judec foarte sever cu privire la scrisul meu şi la scrisul celorlalţi sau faţă de o muncă manuală. Am impresia că mâna mea nu face acel lucru "la fel de bine ca profesorul" şi mă devalorizez. Apariţia **negilor** umple un gol afectiv. Consider că nu merit ceva mai bun decât acest lucru urât şi mă pedepsesc astfel. Dacă mă consider urât, corpul meu va deveni urât, reflectă pur şi simplu, atitudinile mele interioare. Dacă îmi este ruşine de ceea ce fac sau îmi doresc ceva şi cred că nu merit acel lucru, este posibil să apară **veruci**. Vreau recunoaştere şi am tendinţa de a "pune carul înaintea boilor". **Verucile** conţin toată creativitatea şi emoţiile mele refulate şi care nu cer decât să fie exprimate.

Mestec mereu aceleaşi gânduri. Îmi este frică de singurătate şi de moarte. Este important să descopăr în ce parte a corpului meu apare **veruca** pentru a cunoaşte ce aspect din corpul meu sau din viaţa mea este afectat. Dacă **veruca** apare pe **spate**, este ceva legat de trecut, pe **partea laterală a corpului**, are legătură cu prezentul, iar în **partea din faţă a corpului**, cu viitorul. Când apare pe **faţă**, este vorba de o situaţie în care respectul meu faţă de mine este foarte scăzut. Dat fiind faptul că **veruca** este cauzată de un virus, trebuie să mă întreb dacă mă simt atacat, invadat de cineva sau de ceva, care exercită o putere asupra mea. Mă simt dezgustat pentru că am fost "păcălit" în acest fel. Mă simt ros pe interior. **Verucile epidermoide** (la nivelul epidermei) implică o separare punctuală în timp. La nivelul **dermei** este vorba mai degrabă de un eveniment în care m-am simţit murdărit şi faţă de care am regrete. În acest caz, am tendinţa de a mă critica.

Acceptând↓♥ ceea ce sunt, o fiinţă demnă de **iubire**, nu mai am nevoie de **veruci** pentru a-mi aminti acest lucru şi ele vor dispărea. Las să iasă la suprafaţă fiinţa mea adevărată. Creativitatea mea se va exprima astfel liber.

907. PIELE — VERUCI PLANTARE *Vezi: PICIOARE — VERUCI PLANTARE*

908. PIELE — VITILIGO

Vitiligo reprezintă cea mai frecventă formă de depigmentare a **pielii**. **Pielea** se albeşte în unele suprafeţe ale corpului şi se formează plăci. Poate apărea în orice parte a corpului, inclusiv pe faţă şi pe mîini. Pot fi afectat în cazul în care nu mă simt luat în considerare de către cei din jurul meus au în anumite situaţii. Am impresia că nu mai am identitate. Nu am sentimente de apartenenţă faţă de familia mea, de comunitatea mea, de colegii de muncă sau de poporul meu. Deoarece am impresia că sunt **pătat**, ceea ce poate reflecta un sentiment de impuritate, vreau ca acea pată "să dispară" şi, în loc de o pată închisă la culoare, vor apărea pete albe. Am impresia că mi s-au distrus toate resursele, atât pe plan fizic cât şi pe plan emoţional. Pot avea un sentimentul că vreau "**să dispar**" sau să devin "**transparent**" pentru a trece neobservat. Aş vrea să fiu **sterilizat**, fără microbi sau probleme. Este posibil să fi trăit una sau mai multe experienţe sexuale în care am avut un astfel de sentiment de a fi murdar. Sau am impresia că am fost **separat** de una sau mai multe fiinţe dragi. Mi se pare ceva foarte insuportabil şi absenţa lor este apăsătoare. Am fost incapabil să împiedic acea separare pe care am trăit-o într-un mod foarte brutal. Consecinţele, ar fi putut fi totuşi catrastofice, de exemplu prin excludere sau moarte. Acest lucru îmi tulbură sentimentul meu puternic de datorie şi respectul faţă de tradiţii. Rădăcinile mele, structura mea de bază sunt bulversate. Am avut un eşec. Este posibil, de asemenea, să fi trăit acel eveniment ca pe o ruptură, care poate avea legătură cu tatăl meus au cu persoana care îl reprezintă şi într-un mod mai subtil, cu tatăl ceresc, Dumnezeul în care cred. Dacă sunt bărbat, vreau să fiu un tată care să semene cu imaginea altcuiva, dar nu sunt eu însumi. Am o nevoie puternică de a clarifica lucrurile. Mi-am pierdut punctele de referinţă, reperele, mai ales faţă de tatăl meu. Simt că nu mai sunt protejat de el. Pentru mine este ca un necunoscut. Prin urmare, mă voi culpabiliza şi mă voi devaloriza, mă voi simţi murdar, faţă de această situaţie. Dacă aş putea fi "spălat de orice bănuială", mi-aş putea regăsi demnitatea. Zona corpului ce este afectată îmi oferă indicaţii despre ce aspect din mine este atins. O parte din mine este complet ascunsă, **detaşată** de tot, este în

întuneric. Aş vrea să fiu **alb ca zăpada, imaculat** ca un copil inocent şi naiv. Nu trebuie să mă înşel să fiu prins făcând greşeli. Îmi resping o parte din mine, partea mea impulsivă şi creativă. Există o contradicţie între educaţia pe care am primit-o şi valorile mele personale. Mă ascund pentru a mă proteja. Sensibilitatea mea a fost foarte puternic atinsă în copilărie şi, chiar şi acum, mă simt lipsit de apărare. Mi-am construit o nouă personalitate pentru a fi pe placul celorlalţi şi pentru a evita astfel să fiu rănit. Am aproape tot timpul **gura pecetluită**. În adâncul meu, aş vrea să omor pe toată lumea, deoarece nimeni nu mă înţelege. Nu mai văd **clar** lucrurile pe care le am de făcut, deoarece acord prea multă importanţă aşteptărilor celorlalţi faţă de mine, în loc să mă concentrez pe ceea ce vreau eu cu adevărat. Când eram copil, mă simţeam o povară pentru părinţii mei, cred că i-am îngrijorat mult, cel puţin pe plan material, deoarece părinţii mei erau nevoiţi să muncească mult pentru a hrăni familia şi pe mine, în mod special.

Accept↓♥ să **conştientizez** importanţa vieţii mele. Reiau contactul cu natura mea profundă. Sunt în siguranţă atunci când sunt eu însumi. Merit tot ceea ce este mai bun şi nu las pe nimeni să îmi facă rău. Dacă mă respect, ceilalţi mă vor respecta şi ei la rândul lor.

909. PIELEA CAPULUI *Vezi: PĂR — PIELE — MÂNCĂRIME, MĂTREAŢĂ*

910. PIEPT

Pieptul este partea anterioară externă a trunchiului, care se întinde de la umeri la abdomen. Semnificaţia sa este legată de simţul identităţii şi de partea interioară a fiinţei mele. Am tendinţa de a-mi **bomba** pieptul pentru a-mi da curaj şi a părea puternic sau, din contră, am o poziţie ghemuită atunci când simt o frică, o ruşine sau o disperare. În piept se află **inima♥** şi plămânii. Dacă apare o afecţiune sau o durere în acest loc, mă pot întreba: "Sensibilitatea mea faţă de relaţiile de familie a fost cumva afectată în ultimul timp ? Îmi este teamă să îmi iau un angajament faţă de o persoană sau într-o situaţie, ceea ce mă face să evit ocaziile de a mă implica ? Am închis în mine tot soiul de emoţii negative, care se amestecă şi care mă distrug ? Sunt dezamăgit de relaţia mea de cuplu ? Trăiesc o situaţie ca pe un eşec şi acest lucru mă apasă foarte tare.

Accept↓♥ faptul că este foarte benefic pentru mine să îmi arăt adevăratele sentimente şi vulnerabilitatea: întotdeauna voi fi câştigător dacă sunt sincer !

911. PIEPT (angină la...) *Vezi: ANGINĂ PECTORALĂ*

912. PIERDEREA CUNOŞTINŢEI *Vezi: LEŞIN*

913. PIERDEREA POFTEI DE MÂNCARE *Vezi: POFTĂ DE MÂNCARE [PIERDEREA...]*

914. PIETRE LA FICAT *Vezi: CALCULI BILIARI*

915. PIETRE LA RINICHI *Vezi: CALCULI RENALI*

916. PINEALĂ *Vezi: GLANDA PINEALĂ*

917. PIOREE (gingivită expulsivă) *Vezi: GINGII [AFECŢIUNI ALE...]*

918. « PIPI ÎN PAT » *Vezi şi: INCONTINENŢĂ [... FECALĂ, ... URINARĂ]*

Faptul de a face pipi în somn, indică anumite emoţii şi frici pe care copilul meu le trăieşte **faţă de o autoritate** parentală sau şcolară. Dacă sunt acel copil, care suferă de **incontinenţă**, poate fi vorba despre un mod de a elibera emoţiile (pe care le reprezintă urina) reţinute în timpul zilei, de multe ori pentru că îmi este teamă că voi fi pedepsit sau că nu voi fi pe placul celorlalţi şi nu voi mai fi iubit. Exprim astfel o **suferinţă** profundă. Trăiesc o presiune atât de mare în timpul zilei, încât trebuie să o eliberez în timpul nopţii. Această presiune provine de obicei din familia mea sau din mediul şcolar. Este ca şi cum m-aş ridica împotriva unor părinţi care ar reprezenta "autoritatea supremă". Este o mică revanşă, deoarece faptul de a face **pipi în pat** stârneşte, de obicei furia părinţilor. Trăiesc un conflict cu privire la **înregimentarea** care mi se impune. Deoarece nu mă pot exprima în timpul zilei, fac acest lucru în timpul nopţii. Există un secret, care are legătură cu ceea ce trăiesc: aş vrea ca nimeni să nu îmi descopere secretul şi vreau să îl păstrez bine, dar este ceva mai puternic decât mine şi de obicei se întâmplă în timpul nopţii, când toată lumea doarme şi în întunericul camerei mele mă eliberez de el. Îmi este frică să plâng în faţa părinţilor mei şi fac acest lucru în tăcere. Astfel, evit să văd reacţia lor la plânsul meu, dar va trebui să fac faţă reacţiei lor, a doua zi dimineaţa... Aşa cum animalele îşi marchează teritoriul, prin urină, eu, copil fiind, pot simţi inconştient nevoia de a face acelaşi lucru, pentru "a-mi defini micul meu teritoriu de copil" care îmi este teamă că va fi încălcat şi de aceea trăiesc o mare nesiguranţă. Aceasta se amplifică dacă sunt obligat să dorm în întuneric. Pot avea un sentiment de separare intensă faţă de cineva sau de ceva ce iubesc şi este ca şi cum, în timpul nopţii, aş striga după ajutor, deoarece am nevoie de "căldură". Este sentimentul meu de ruşine şi de neputinţă, care strigă după ajutor.

Accept↓♥, în calitate de părinte sau educator, să **conştientizez** sensibilitatea copilului faţă de autoritate, să îl ajut să se elibereze de autoritatea mea prea puternică, prin cuvinte de **iubire**, care pentru el se transformă apoi în încredere.

919. PIREXIE *Vezi: FEBRĂ*

920. PITUITARĂ *Vezi: GLANDA PITUITARĂ*

921. PLAGĂ *Vezi: ACCIDENT*

922. PLĂMÂNI (în general) *Vezi şi: BRONŞII*

Prin activitatea plămânilor viaţa circulă în mine. Aceştia sunt filtrele de aer din întreg corpul. Inhalez viaţa şi o returnez Universului. O bună funcţionare a **plămânilor** mei mă ajută să oxigenez fiecare celulă a organismului.
Prin **plămâni conştientizez** faptul că EU exist. Aceştia reprezintă capacitatea mea de a dărâma toate zidurile pe care le-am ridicat eu însumi sau le-a impus societatea, precum şi abilitatea mea de adaptare.

O problemă legată de existenţa mea poate genera o afecţiune a plămânilor şi astfel este nevoie să oxigenez sentimentele negative pe care trebuie să le purific prin **iubirea** pe care o inhalez.

923. PLĂMÂNI (afecţiuni ale...) *Vezi şi: ASTM, BRONŞII — BRONŞITĂ, SCLEROZĂ*

Afecţiunile **plămânilor**, precum **pneumonia, bronşita, astmul, fibroza** etc. semnifică faptul că trăiesc o frică foarte puternică că mă voi sufoca şi voi muri. Trăiesc împotriva vieţii şi a aspiraţiilor mele profunde. Este ca şi cum scopul vieţii mele ar fi fost distrus. Îmi este frică să fac faţă vieţii. Mă simt atât de neliniştit încât îmi restrâng viaţa într-un teritoriu foarte bine delimitat, pe care însă îl consider nesigur.

Pot avea impresia că mi-am pierdut teritoriul sau că îl voi pierde, ceea ce îmi sentimentul de a fi blocat. Dacă îl pierd este ca şi cum aş muri, nu mai sunt bun de nimic ! Am o dificultate de a-mi găsi locul şi de a-mi gestiona relaţiile cu cei din jurl meu. Am impresia că mă pierd pe mine însumi. Deoarece **plămânii** îmi folosesc la respiraţie, o proastă funcţionare a acestora duce la un transfer dificil al oxigenului spre sânge, funcţie vitală pentru supravieţuirea mea. Această disfuncţie nu face decât să scoată în evidenţă frica mea de moarte, pe care trebuie să o potolesc. Am tendinţa de a-mi sufoca **lacrimile. Tristeţea îmi slăbeşte** plămânii. Dacă am o durere sau o dificultate respiratorie, trebuie să mă întreb dacă am impresia că mă simt sufocat în viaţa mea? Am impresia că "nu am aer" sau mă simt **asfixiat**, mai ales în legătură cu relaţiile cu cei din familia mea? Mă simt limitat sau am impresia că nu merit să fiu fericit? Vreau să "urlu cât mă ţin plămânii" din cauza disperării. Nu îmi plac conflictele şi am tendinţa de a fi conciliant pentru a evita certurile. Mă simt trist şi deprimat şi trebuie să învăţ să îmi recunosc valoarea personală şii să fac lucrurile care îmi plac. **Plămânii** mei vor fi afectaţi, mai ales respiraţia, dacă m-am simţit abandonat când eram copil. Dacă sunt un copil orfan, încrederea mea în viaţă şi în adulţi, în general, poate fi foarte slăbită şi **plămânii** mei vor manifesta această rană interioară. Este posibil să am o dificultate legată de schimbările din viaţa mea şi să trăiesc situaţii de separare, mai ales dacă separarea de mama, în momentul naşterii (care se exprimă pe plan fizic prin prima respiraţie) a fost traumatizantă. **Plămânii** mei, care ar trebui să joace un rol important în faptul de a deveni autonom (de a respire singur) pot interpreta această situaţie ca pe o moarte într-o anumită măsură. Oare sunt capabil să trăiesc într-un mod independent, fără să am mereu nevoie de cineva pentru a face lucrurile în locul meu ? Pot avea idei **macabre** care pot duce la apariţia unei **tumori.** Deşi se consideră că fumatul provoacă bolile de plămâni, este vorba mai degrabă despre o angoasa faţă de moarte, trăită în urma consumării tutunului care provoacă boala.

În cazul unei **embolii pulmonare**[67], semnificaţia este o pierdere a bucuriei, exprimarea tristeţii pe care am acumulat-o în mine. Mă revolt faţă de sentimental meu de neputinţă. Este ca şi cum cineva m-ar împiedica să îndeplinesc un proiect sau să ajung într-un loc anume şi din această cauză am o depresie. Nu mă mai simt acasă. Ideile şi emoţiile mele sunt obturate.

Accept↓♥ faptul de a fi tot timpul îndrumat şi protejat. În loc să îmi facă plăcere să întreţin amintirile vechi, care mă fac melancolic şi îmi pot amplifica sentimentul că sunt singur şi izolat, este bine să apreciez tot ceea ce am şi să văd abundenţa din viaţa mea. Am dreptul de a avea un teritoriu al meu, un loc doar al meu, personal şi care să nu mai fie al nimănui, aşa cum toţi ceilalţi au un loc al lor.

Astfel voi găsi armonia şi liniştea ce mă vor împlini pe deplin. Îmi recapăt puterea care îmi aparţine şi respir viaţa "cu toată forţa plămânilor mei".

924. PLĂMÂNI — BOALA LEGIONARILOR

Prima epidemie **de "boala legionarilor"**, o boală infecţioasă, a fost descoperită în iulie 1976, printre foştii combatanţi reuniţi la un congres într-un hotel din Filadelfia. Este cauzată de bacilul Gram, necunoscut la acea dată denumit şi legionella pneumophila. **Boala legionarilor,** denumită şi **legioneloză,** este o boală asemănătoare cu pneumonia. După o perioadă de incubaţie de 2 până la 20 de zile, boala debutează brusc, foarte repede şi poate provoca moartea (în 16% dintre cazuri). Semnificaţia acestei boli reflect faptul că, situaţia de a mă afla printre **combatanţi** (asemeni mie) mi-a activat amintiri dureroase, şi simt tristeţe faţă de suferinţa umană. M-am simţit neputincios în faţa morţii. Amintirile au fost reactivate brusc şi fricile mele, conflictele mele interioare au reapărut la suprafaţă. Am un sentiment de furie şi de nedreptate, care mă împiedică să respir şi să particip din plin la viaţă, în general. Situaţia este greu de suportat şi mă simt vinovat pentru faptul că nu am făcut tot posibilul. Vreau să fug, dar sunt obligat să rămân pe loc. Îmi este ruşine că sunt obligat să iau parte la războiae cu care nu sunt de acord.

Accept↓♥ să mă împac cu mine însumi şi să mă eliberez de aceste amintiri. Fac travaliul de doliu şi încetez să mă mai chinui în interiorul meu. Cer ajutor şi îmi acord dreptul de a respira, de a participa din plin la viaţă. Îmi dau seama că viaţa este prea preţioasă, gust fiecare moment din plin şi sunt recunoscător.

925. PLĂMÂNI (cancer la...) *Vezi: CANCER LA PLĂMÂNI*

926. PLĂMÂNI — CONGESTIE *Vezi: CONGESTIE*

927. PLĂMÂNI — EMFIZEM PULMONAR

Emfizemul pulmonar se caracterizează mai ales printr-o dificultate respiratorie la efort.

În perioada intrauterină, când plămânii mei se formează, acest lucru semnifică angajamentul meu de a fi aici, acordul meu faţă de viaţă, care este posibilă prin respiraţie. Dacă îmi este frică de viaţă sau vreau ca altcineva să aibă grijă de propria mea viaţă, **plămânii** mei vor putea fi afectaţi. Respirând superficial mă protejez împotriva faptului de a fi nevoit să fac faţă realităţii. Trăiesc o anxietate şi îmi este frică, deoarece mă simt ameninţat. Iar pentru că, plămânii mei se dialtă

---

[67] Obstrucţie bruscă a uneia dintre ramurile arterei pulmonare

şi se contractă, acest lucru corespunde capacităţii mele de a lărgi, de a împărtăşi şi de a intra în viaţă sau, de a mă contracta, de a mă izola şi a nu mai reţine viaţa. Faptul de a fi atins de **emfizem pulmonar** este un semn că am o dificultate respiratorie şi mă simt presat de efort. Prin respiraţie, aspir viaţa în mine. De ce îmi este greu să "apuc" viaţa din plin ? În ce aspect al vieţii ele mă simt indignat ? Acesta este felul meu de a evita viaţa ? Viaţa nu mă mai interesează, nu mai găsesc niciun interes în ea. Am nişte frici puternice şi una dintre ele este frica de a mă afirma şi de a-mi ocupa locul cuvenit. De ce viaţa şi-a pierdut orice sens pentru mine ? Mă simt blocat, sufocat. Nu am învăţat să fiu eu însumi şi să îmi ocup locul care mi se cuvine, trăiesc în funcţie de ceilalţi. Sufăr de o lipsă de comunicare, profundă. Cuvintele se **sugrumă** în interiorul meu, de unde provine şi sentimental de neputinţă. Frustrările şi nemulţumirile mele mă sufocă. Am impresia că nu merit să trăiesc. Port o povară prea grea.

Accept↓♥ să **conştientizez** faptul că fiecare are locul său pe pământ şi că eu trebuie să îl ocup pe al meu. Accept↓♥ să mă iubesc mai mult, să mă afirm şi să îmi exprim nevoile, într-un cuvânt, să fiu EU ! Astfel, apăsarea pe care o simt va fi înlocuită de un prea-plin de aer şi de viaţă în plămânii mei. Voi vedea din nou toate posibilităţile pe care mi le oferă viaţa. Îmi recapăt pofta de viaţă, de a fi fericit.

928. PLĂMÂNI — PNEUMONIE ŞI PLEUREZIE

Pneumonia este infecţia plămânilor, cauzată de o bacterie sau un virus, în timp ce, **pleurezia** este inflamaţia acută sau cronică a **pleurei**, membrana care acoperă plămânii (mai de mult de folosea termenul de **pleurită,** pentru preureziile uscate localizate). **Plămânul** fiind organul respiraţiei, unde are loc transformarea aerului "meu" pentru a fi transmis corpului "meu", o afecţiune în acest loc indică faptul că trăiesc un conflict interior, care mă epuizează. Trebuie să găsesc emoţia sau sentimentul care mă irită şi îmi limitează funcţionarea relaţiei mele cu aerul din viaţa mea interioară, deoarece acest blocaj mă împiedică să trăiesc din plin. Aceste sentimente, profund ancorate în interiorul fiinţei mele, reprezentate de inflamaţie, pot indica faptul că mă simt profund "şocat", "iritat". Această iritare, care face parte integrantă din mine, este ca un reflex şi antrenează multe sentimente negative. Trebuie să mă întreb care este situaţia sau persoana pe care o urăsc atât de mult şi care, de multe ori, face parte din mediul meu profesional. Abilitatea mea de a respira este foarte afectată de emoţiile mele, de frica de afi singur, de a fi copleşit sau de revolta mea faţă de viaţă. Am impresia că m-am "încâlcit" în relaţiile mele personale. Este posibil să mă simt sufocat de toate responsabilităţile mele şi nu ştiu cum să le fac faţă. Descurajarea şi disperarea pun stăpânire pe mine, ajung să mă întreb chiar care este sensul vieţii mele şi dacă viaţa merită trăită. Am impresia că spaţiul meu vital poate fi invadat, că mi se poate sustrage ceva. Cred că nu mai trăiesc din plin. Îmi pun întrebări legate de parcursul meu personal şi caut un nou sens vieţii mele, pe care mi-o doresc mai bogată, la nivelul relaţiilor interpersonale şi mă întreb ce loc ocupă spiritualitatea (şi nu religia) în viaţa mea de zi cu zi. Mă simt vulnerabil şi nu ştiu cum să îmi realizez aspiraţiile. Îmi creez o imagine de "persoană puternică", dar, în sinea mea, mă simt neputincios. Am obosit să mai trăiesc şi sunt cuprins de disperare. Vreau să îmi trăiesc viaţa mea, nu pe cea programată de părinţii mei. Trăiesc o angoasă, deoarece am multe dificultăţi legate de relaţiile cu cei din jurul meu. Munca mea nu mă mai mulţumeşte şi nu mai corespunde aspiraţiilor mele.

Cât despre **pleurezie**, care se manifestă de obicei prin prezenţa unui lichid între plămâni şi peretele toracic, semnificaţia acesteia este legată de **plâns,** de **lacrimile** pe care nu am vrut sau nu am putut să le exprim într-o anumită situaţie în care am trăit disperarea provocată de moartea unei fiinţe dragi. Vreau să îmi creez o **carapace** pentru a mă **proteja** şi a arăta că sunt puternic, dar, în sinea mea, mă simt ca şi un copil, lipsit de **apărare**. Sunt în contact cu durerea care urmează după o dramă şi care, de multe ori, este inexplicabilă. Această drama este trăită, de obicei, în relaţie cu un membru al familiei mele. Poate fi, de asemenea, vorba despre o situaţie care se destramă şi căreia îi prevăd sfârşitul, o situaţie care implică un cuplu, o afacere etc. şi pe care aş vrea să o protejez.

Accept↓♥ faptul că am nevoie să îmi acord timp pentru mine, pentru a face "curăţenie" în viaţa mea. Nu păstrez decât responsabilităţile care îmi revin mie şi le dau înapoi celorlalţi, responsabilităţile pe care le-am luat asupra mea şi care nu îmi aparţin. Îmi ofer dreptul de a cere ajutor. Viaţa va deveni astfel mai simplă şi mai frumoasă.

929. PLÂNS

Lacrimile sunt o efuziune a ochilor, o eliberare a emoţiilor. Fie că sunt lacrimi de bucurie, de **iubire**, de frică sau de decepţie, faptul de a **plânge** mă eliberează de un prea-plin de sentimente, de gânduri foarte puternice. Poate fi vroba, de asemenea, de faptul că ochii mei au fost afectaţi la vederea unei scene insuportabili, terifiante, pe care am fost obligat să o văd, pentru a înregistra fiecare detaliu. Pot să **plâng** şi pentru că mă simt incapabil să comunic ceea ce simt. Sunt ignorat, este ca şi cum aş fi invizibil. Sunt foarte puţin în contact cu universal meu interior. Mă agăţ prea mult de oameni şi de lucruri, de teamă că îi sau le voi pierde. Am o angoasă, mă simt fragil şi am prea puţină încredere în mine. Trăiesc o stare de dependenţă. Plânsul meu reprezintă o eliberare a tristeţii, a decepţiei. Am reacţie care face presiunea să scadă. De asemenea, îmi pot folosi lacrimile, pentru a atrage atenţia, simpatia celorlalţi. Dar acest lucru nu foloseşte la nimic, deoarece aş putea, pur şi simplu, să-mi arăt calităţile frumoase şi să am acelaşi rezultat. Am impresia că mă lupt tot timpul şi sunt epuizat. Îmi vine **să plâng**, deoarece nu mai suport! Am nevoie de ajutor, dar nu îl cer. Faptul de a **plânge** lasă uneori impresia, unei alte persoane, că este mai puternică, că m-a făcut să "cedez" şi că are o anumită putere asupra mea.

Când nu **plâng** evit să par mai slab. **Conductele lacrimale blocate** indică faptul că am o reţinere în ceea ce priveşte libera exprimare, care poate fi legată de credinţa că, "doar bebeluşii plâng". Am vrut să nu îmi arăt suferinţa prin lacrimi şi mi-am blocat conductele lacrimale. Vreau să arăt că exist, dar nu reauşesc.

Dacă apare o inflamaţie de conductelor lacrimale, la un bebeluş, acesta este vulnerabil atunci când este atins. Îi este teamă că va fi rănit. Lacrimile mele, care ies din ochii mei, aduc cu ele lucruri pe care le acoperă, pentru ca eu să nu le văd, poate din teamă că s-ar putea realiza.

Accept↓♥ să mă eliberez, să îmi eliberez emoţiile, toxinele acumulate şi astfel să mă vindec şi să mă revigorez. Accept↓♥ să mă respect şi să trăiesc cu bucurie.

930. PLEOAPE (în general) *Vezi şi: TRĂSĂTURI*

Pleoapele acoperă şi protejează ochii. **Pleoapele** umflate, iritate sau cu pungi sunt un semn că trăiesc un sentiment de tristeţe, care poate fi cauzat de o situaţie, de exemplu, aceea de a nu mai vedea pe cineva sau o situaţie în care am plâns, dar din care vreau să mă retrag, să păstrez durerea în mine. "Închid ochii în faţa unor lucruri evidente, pe care îmi este greu să le admit". M-am despărţit de cineva sau de ţara mea. Trebuie să închid ochii atunci când vreau să mă odihnesc sau să dorm, este o mişcare voluntară. Dar, dacă **pleoapele** mele sunt tot timpul **pe jumătate închise**, există ceva cineva în viaţa mea, de care vreau să fug, pe care nu am curajul să îl privesc în faţă sau pe care nu trebuie să îl văd. Refuz privirea şi judecata celorlalţi, deoarece pentru mine este uşor să mă denigrez şi să resping ceea ce sunt. Sunt în defensivă şi mă simt sub presiune. Dacă, în plus, trăiesc o tensiune puternică, **pleoapele** mele au tendinţa de a clipi mai repede. **Pleoapele căzute (ptoza palpebrală)** indică o tristeţe profundă şi o resemnare faţă de evenimente pe care nu vreau să le văd. Este ca şi cum ar cădea o cortină peste o parte din viaţa mea. Ceea ce văd este mult prea departe de idealul meu. Am fost martor la un eveniment ***mai rău*** decât tot ceea ce am văzut înainte... În cazul **unei femei**, afecţiunea apare mai frecvent la ochiul stâng şi dezvăluie o situaţie în care există un impas şi o mare decepţie. Atunci când **pleoapele** (mai ales cele inferioare) sunt răsfrânte spre exterior (**ectropion**) trăiesc o mare nesiguranţă: deoarece în viaţa mea este o mare confuzie, toate sunt amestecate, sunt neliniştit cu privire la necunoscut şi la moarte. Dacă **pleoapele** sunt răsfrânte spre interior (**entropion**), este un semn că nu primesc atenţiea şi tandreţea de care am nevoie, din partea celor din jurul meu.
Blefarita (inflamaţia) exprimă o dualitate dintre a spune adevărul sau "a închide ochii" şi a tăcea. Sau vreau să îmi ascund lacrimile...

Accept ↓♥ să observ faptul că îmi închid ochii pentru a mă centra mai bine, pentru a mă interioriza, dar este important, de asemenea, să îi ţin deschişi pentru a vedea toată frumuseţea din univers şi toate posibilităţile care apar în viaţa mea.

931. PLEOAPE (clipit al...)

Pleoapele au tendinţa de a clipi mai repede atunci când trăiesc un stres sau o tensiune mare. Sunt "prea solicitat" cu privire la ceea ce vreau. Există în viaţa mea o situaţie pe care aş prefera să nu o văd?

Accept↓♥ momentele de linişte şi de destindere şi învăţ să "văd" partea pozitivă în orice lucru.

932. PLEUREZIE *Vezi: PLĂMÂNI — PNEUMONIE SI PLEUREZIE*

933. PLEURITĂ *Vezi: PLĂMÂNI — PNEUMONIE SI PLEUREZIE*

934. PLICTISEALĂ *Vezi şi: DEPRESIE, MELANCOLIE*

Plictiseala se manifestă printr-o tristeţe profundă, o supărare mare. Când spun "mă plictisesc" înseamnă că nu îmi folosesc forţa şi potenţialul. De ce am tot timpul nevoie de compania celorlalţi, ca stimulent? Ce supărare mă urmăreşte tot timpul, indiferent unde aş fugi? **Plictiseala** este o formă de melancolie, care, pe termen lung poate duce la **depresie nervoasă, dacă nu reacţionez.** Este ca şi cum aş trăi într-o noapte fără sfârşit, fără speranţa de a vedea într-o zi lumina soarelui. Melancolia are legătură cu o lipsă, un gol pe care îl simt în viaţa mea. Trebuie să **conştientizez** acest lucru.

Accept ↓♥ să mă las îndrumat de eul meu superior deoarece există toate resursele în mine. Accept↓♥ să îmi ascult vocea interioară. Meditaţia şi tratamentele energetice mă pot ajuta. Eu sunt cel care îmi conduc viaţa, deoarece sunt complet şi autonom în universul meu.

935. PLOMBĂ *Vezi: DINŢI — CARIE DENTARĂ*

936. PNEUMONIE *Vezi: PLĂMÂNI— PNEUMONIE SI PLEUREZIE*

937. PNEUMOPATIE *Vezi: CONGESTIE*

938. POINT DE CÔTÉ SAU DURERE IRADIANTĂ

Un point de côté (termenul vine din limba franceză, durere laterală) este o durere care survine după un efort fizic, după un mers alert sau după alergat. Poate fi şi o durere intercostală cauzată de o agitaţie fizică intensă sau un efort foarte mare. Această durere este un semnal de alarmă: de ce mă grăbesc atât de tare? Ce mă presează atât de mult? Refuz să îmi ascult vocea interioară şi mă oblig să fac anumite lucruri pentru a-mi crea o imagine bună, pentru a corespunde normelor sociale, referitoare la reuşită. Această iritare se datorează unei exasperări, unei nemulţumiri sau unei decepţii? Mă forţez la maxim, indiferent de consecinţele asupra corpului meu fizic. Nu ascult decât de mintea mea şi de neliniştile mele. **Punctul dureros** mă face să încetinesc pasul. Învăţ să las să circule energiile, fără să fiu nerăbdător, îmi acord timp pentru a face o pauză.

Accept↓♥ să **conştientizez** faptul că trebuie să încetinesc ritmul, în viaţa de zi cu zi, să îmi acord timp pentru a trăi viaţa. Îmi ascult vocea interioară, care ştie de ce am nevoie şi ce este bun pentru mine. Merg în propriul meu ritm şi corpul meu se destinde şi nu mai are nevoie să protesteze!

939. POLIARTRITA CRONICĂ EVOLUTIVĂ *Vezi: ARTRITA — POLIARTRITA REUMATOIDĂ*

940. POLIOMIELITA

Poliomielita este o boală contagioasă, provocată de un virus, care se fixează pe centri nervoși, mai ales pe măduva spinării, provocând forme de paralizie care pot fi mortale, atunci când afectează mușchii respiratori. **Poliomielita anterioară acută** care afectează neuronii motori ai coarnei măduvii spinării, este denumită, în limbaj comun **poliomielită.** Deoarece este o boală care apare mai ales la copii, se mai numește și **paralizia infantilă.** Dacă sunt afectat de această boală, virusul care mă paralizează simbolizează **gelozia** și **neputința**. Sunt invidios pe ceea ce sunt capabili ceilalți să îndeplinească. Aș vrea să îi împiedic, dar de fapt mă împiedic și mă blochez pe mine, prin paralizie. Nu îmi place să dau socoteală nimănui, să mă supun aitorității, să nu am nicio alternativă. Îi las pe ceilalți să aibă putere asupra mea. Vulnerabilitatea mea mă determină să mă simt tot timpul în pericol. Vreau atât de mult să îndeplinesc unele lucruri, dar sunt paralizat. Cred că nu am putere asupra vieții mele. Sunt tot timpul cu garda sus. Aș vrea atât de mult să îmi demonstrez valoarea! Disperarea pe care o simt este foarte puternică.

Accept↓♥ să nu îi mai invidiez pe ceilalți: sunt o persoană extraordinară, cu resurse imense. Am la fel de multe calități și putere ca toți ceilalți și trebuie să accept↓♥. Acest lucru. În loc să fug și să îmi concentrez atenția pe judecarea celorlalți, îmi redobândesc **aici și acum** puterea supra vieții mele și accept↓♥ faptul că abundența face parte integrantă din viața mea.

941. POLIOREXIE Vezi: BULIMIE

942. POLIPI

Polipul este o tumoră benignă, care se dezvoltă pe o mucoasă, de exemplu, mucoasa bucală, nazală, intestinală sau uterină. Excrescența care rezultă este un semn fizic, care arată faptul că există în viața mea o persoană sau o situație care mă deranjează și că care vreau să o evit, vreau să scap de ea, dar nu este posibil. Dimpotrivă, mă simt prins, blocat într-o situație și **nu mă pot sustrage**, de teamă că voi fi abandonat sau nu voi fi pe placul celorlalți. Îmi neg puterea interioară și acest lucru mă face să mă simt foarte încadrat, înregimentat. Am emoții care se întăresc în mine. Sunt ca niște "bulgări de supărare", pe care trebuie să îi sparg. Dacă am **polipi** în nas, mă pot întreba care este mirosul care anunță un pericol și mă îngrijorează? Vreau să mă protejez și am nevoie de sprijin din partea celorlalți. La nivelul **intestinelor**, polipul indică faptul că, am impresia că ceilalți vreau să mă împiedice să îmi ating scopurile. Sunt tentat să îi urmez pe ceilalți mai degrabă decât să fiu un conducător adevărat: astfel reduc riscul de a fi dezamăgit...

Accept↓♥ faptul că cineva sau ceva mă deranjează și mă întreb ce am de învățat din toate acestea? Cum aș putea să mă simt mai liber? Dacă voi face față responsabilităților pe care le am, **polipul** sau **polipii** vor dispărea.

943. PRESIUNE ARTERIALĂ SAU SANGUINĂ *Vezi: TENSIUNE ARTERIALĂ*

944. PREZBITISM *Vezi: OCHI— HIPERMETROPIE SI PREZBITISM*

945. PRINCIPIUL MASCULIN *Vezi și: FEMININ*

Este reprezentat de **partea dreaptă a corpului** și de **emisfera stângă a creierului**. Este denumită și partea YANG, în medicina chineză, sau partea rațională, în Occident. Reprezintă legătura mea cu bărbații din viața mea. Calitățile dominante sunt curajul, puterea, logica. Este legat de cunoaștere, cuvânt, e partea rațională, materialistă a ființei. E reprezentată de soare. Este partea care alege direcția, care administrează. Fiecare ființă umană are parte feminină și una masculină. Bolile care apar pe partea dreaptă îmi indică un conflict cu noțiunea de virilitate și de rivalitate dacă sunt bărbat și dacă sunt femeie îmi indică o dualitate în ce privește viața profesională.

Accept ↓ ♥ să îmi echilibrez partea masculină și cea feminină pentru a fi împlinit.

946. PROBLEME CARDIACE *Vezi: INIMĂ♥ — PROBLEME CARDIACE*

947. PROBLEME LEGATE DE PALPITAȚII *Vezi: INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ*

948. PROLAPSUL (coborârea unui organ) *Vezi și: PROSTATĂ [COBORÂRE DE...]*

Prolapsul indică deplasarea patologică a unui organ în jos, din cauza relaxării elementelor care îl mențin la locul său. Apare mai des la nivelul prostatei, al uterului, al vaginului, rectului, uretrei și a vezicii. Această afecțiune indică faptul că trăiesc o stare puternică de **abandon, o lipsă de control.** Mușchii slăbesc, deoarece nivelul meu de energie este atâr de jos încât nu poate menține elasticitatea acelui organ. Sunt slab, am o stare de **disperare interioară** imensă, legată mai ales de acel aspect al vieții mele, reprezentat de organul afectat. De exemplu, **prolapsul uterin,** exprimă toată greutatea provenită din faptul de a fi mamă, faptul că problemele copiilor par să nu se mai rezolve niciodată și că eu mă simt slăbită din cauza tuturor grijilor aceastora. Îmi iubesc copii, dar am obosit și nu mai pot... Îmi este sete de libertate și nu mai vreau să am constrângeri. Am aspirații mari, pe care nu le pot împlini. **Prolapsul vezicii** (cistocel) indică cât e greu mă apasă emoțiile neexprimate. Încrederea mea în mine este atât de scăzută încât, mă cobor în fața celorlalți și **vezica** mea face la fel. Sunt foarte trist, deoarece cred că mi-am ratat datoria. Prefer să mă desprind, să rup contactul cu ceilalți, fie pe plan fizic, fie pe plan emoțional.

Accept↓♥ să găsesc mijloacele necesare pentru a-mi relua viața în mâini și a fi activ. Pot să încer să fac ceea ce iubesc cu adevărat, fie artă, sport sau un hobby, pentru a-mi recăpăta vitalitatea și pofta de viață.

949. PROSTATA (în general)

Prostata este o glandă a aparatului genital masculin, situată sub vezică și care secretă un lichid ce constituie unul dintre elementele componente ale spermei. Reprezintă principiul și puterea masculină. O **prostată** sănătoasă indică faptul că știu foarte clar încotro merg și îmi ascult vocea interioară. Îmi trăiesc emoțiile și ştiu să elimin prea-plinul de emoţii. Sunt capabil să fiu eu însumi şi stăpân pe viaţa mea.

Accept↓♥ faptul că, autoritatea se află se află în interiorul meu şi mă îndrumă în alegerea pe care o am de făcut, în loc să mă las condus de valori superficiale.

950. PROSTATA (afecţiuni ale...)

Prostata are legătură cu sentimentul meu de putere pe plan social şi cu capacitatea mea sexuală. Deoarece, de obicei bărbaţii mai în vârstă suferă de tulburări ale **prostatei**, pot să îmi pun următoarea întrebare: mă simt satisfăcut şi în largul meu, în ceea ce priveşte sexualitatea ? Trăiesc frustrare, neputinţă sau poate chiar confuzie, faţă de sexualitatea mea sau faţă de căutarea unui (unei) partener (partenere) poate mai tânăr/tânără ? Ar fi mai bine să renunţ la tot ? Poate mă simt inutil, ineficient, incapabil să fiu "un bărbat adevărat". Sau poate am impresia că nu sunt la înălţimea copiilor mei sau sunt un tată rău. Mai sunt încă **atrăgător** ? Am o teamă puternică la gândul că nu mai acorespund **normelor** sexuale cerute de societate, mai ales dacă eu sau unul dintre copiii mei suntem homosexuali: inconştient, ştiu că specia este în pericol, din cauza non-reproducerii. Sunt fidel dorinţelor mele sexuale sau acestea depend de mărimea organelor mele genitale? Trebuie să învăţ să mă deculpabilizez şi să nu îmi mai creez o presiune faţă de "performanţa" pe care societatea vrea să o ating. Trebuie să **conştientizez** valoarea mea, cu toate calităţile frumoase pe care le am şi nu doar în funcţie de "performanţele mele sexuale". Este posibil să am impresia că nu sunt **acordat** cu partenera mea sau partenerul meu, că suntem un cuplu nepotrivit, mai ales la nivel sexual. Formăm un **amalgam**, un amestec, ieşit din comun. Oare îmi reprim emoţiile şi impulsurile creatoare ? Refuz orice act erotic din viaţa mea ? Este posibil să trăiesc o iubire platonică, care nu se exprimă în corpul meu fizic. Dacă nu îmi cunosc nevoile şi dorinţele, este ca şi cum aş fi deconectat de persoana mea.

Mă simt obligat să mă **prosternez** în faţa cuiva sau chiar în faţa unui dumnezeu, în care cred. Este un act umilitor ! Trebuie să încetez să mai impun o presiune asupra lucrurilor pe care le am de făcut sau pe care nu le am de făcut: mă simt vulnerabil cu privire la bani, deoarece mă apropii de pensionare ? Mă simt inutil, deoarece nu mai sunt atât de activ cum eram când lucram ? Dacă o am problemă la **prostată**, trebuie să mă întreb dacă trăiesc o dificultate şi o culpabilitate faţă de nepoţii mei sau faţă de copiii mei, care, chiar dacă au devenit adulţi, pentru mine sunt încă "mici" şi "fragili". Mi-e teamă că sunt în pericol, pe plan moral sau fizic şi, mai ales, în orice situaţie care poate avea legătură cu sexualitatea şi care mi e mi se pare murdară sau anormală, conform normelor societăţii. Vreau să fiu în continuare **protectorul** lor. Am impresia că sunt împiedicat să le fiu aproape. Dacă nu am copii sau nepoţei, dificultatea poate fi trăită în relaţie cu un copil al fraţilor mei sau un alt copil pe care îl consider "ca făcând parte din familie". Am tendinţa de a mă **adapta** aşteptărilor celorlalţi faţă de mine. Vreau, de asemenea ca şi ceilalţi să se conformeze valorilor mele sau celor ale societăţii. Am impresia că am nişte **anomalii imense** şi nu prea ştiu ce să fac pentru a mă încadra în norme. Mă simt adeseori **ciudat**, diferit de ceilalţi. Nu îmi place imaginea mea de tată. Un **adenom** poate apărea atunci când am o supărare mare, faţă de unul dintre copiii mei sau am impresia că mi-am pierdut "puterea" la muncă sau în societate. Am nevoie să învăţ să am încredere şi că, teama mea, că li se va întâmpla ceva "rău" sau "grav" celor pe care îi iubesc, nu face decât să atragă mai mult obiectul fricii mele.

Am încredere în faptul că, suntem cu toţii îndrumaţi şi protejaţi, de forţele interioare, inclusiv cei pentru care îmi fac griji. Astfel voi evita dezvoltarea unui **cancer de prostată**. Acesta se poate manifesta după ce am trăit mai multe eşecuri în relaţiile mele afective. Simt, în sinea mea, că am pierdut această dimensiune masculină necesară pentru a seduce şi a atrage o parteneră sau un partener. Sunt frustrat şi trist şi aceste sentimente se întorc, de obicei, împotriva mea. Viaţa mea nu mai are sens (mai ales când sunt pensionar). Mi-am pierdut încrederea în capacităţile mele, în imaginea mea de tată şi de bărbat. Mă privez de creativitatea mea şi de dreptul meu la fericire şi la bucurie.

Accept↓♥ să învăţ să mă bucur de viaţă, cu toate simţurile şi nu numai pe plan sexual. Pot să îmi redescopăr creativitatea şi să realizez lucruri importante.

Accept↓♥, de asemenea, să simt cu adevărat toate emoţiile pe care le am şi să învăţ să le recunosc din plin. Emoţiile fac parte din mine. Astfel îmi recapăt întreaga putere asupra vieţii mele.

951. PROSTATĂ (coborâre...) *Vezi şi: PROLAPS*

Când **prostata** coboară, aceasta exercită o presiune mare asupra vezicii. Este un semn că am o dificultate de a renunţa la sentimentul de inutilitate pe care îl am, urina reprezentând eliberarea emoţiilor mele negative. Mă simt coonfuz şi îmi este greu să îmi exprim dorinţele.

Accept↓♥ să îmi recunosc tot mai mult valoarea şi ştiu că am o contribuţie inestimabilă în cadrul societăţii.

952. PROSTATĂ — PROSTATITĂ *Vezi şi: ANEXA III, INFECŢIE, INFLAMAŢIE*

Prostatita reprezintă inflamaţia prostatei. O astfel de afecţiune indică faptul că este posibil să trăiesc decepţie sau frustrare faţă de ceea ce partenera mea sau partenerul meu aşteaptă, legat de performanţele mele sexuale, de la mine, deoarece îmi port pică pentru că nu sunt mai "viril", mai "performant". Mă consider bătrân, "terminat", "bun de nimic". Nu îmi pot "poseda" partenera sau partenerul. Valorile mele sau singura MEA valoare se bazează pe lucruri materiale şi superficiale. Mă rup de emoţiile mle, deoarece îmi este frică de ele.

Este important să accept↓♥ faptul că, sexualitatea mea s-a schimbat şi a evoluat în timp şi că poate fi în continuare la fel de excitantă şi întreagă ca şi înainte.

953. PRURIT *Vezi: PIELE — MÂNCĂRIME*

954. PSIHOSOMATICĂ (boală...) *Vezi: BOALĂ PSIHOSOMATICĂ*

955. PSIHOZĂ (în general)

Psihoza este o boală mentală majoră, care tulbură grav existența psihică a persoanei afectate, în raport cu ea însăți și cu llumea exterioară, provoacă alterarea **conștiinței** de sine, a conștiinței despre celălalt și despre lumea exterioară, a afectivității, a inteligenței, a judecății, a personalității. Astfel, subiectul trăiește ca și cum ar fi un străin în această lume. **Paranoia** și **schizofrenia** sunt **psihoze.** În cazul în care sunt afectat de **psihoză**, vreau să fug de cine sunt și să evadez din acest corp, pe care nu îl accept↓♥. Mă simt atât de nelalocul meu, încât am impresia că nu mai am identitate, mă las invadat de oamenii din jurul meu. Am un foarte scăzut respect față de mine însumi și caut prin toate mijloacele să fiu iubit și să primesc atenția celorlalți. Nu mai îndrăznesc să fiu eu însumi. Prin faptul că îmi neg propria persoană, relațiile cu ceilalți, viața în general, devin obsedat, fixat pe ceva sau pe cineva și astfel mă îndepărtez de durerea mea interioară. **Psihoza** poate fi, de asemenea, rezultatul unui eveniment în care am trait un șoc emotional atât de mare, încât am vrut să mă rup de realitate, mentalul meu neînțelegând "de ce mi s-a putut întâmpla mie acel lucru!" Am ascuns evenimente, emoții în subconștientul meu și, mai devreme sau mai târziu va trebui să le fac față pentru a le putea integra și a învăța lecția de viață corespunzătoare. Eliberând aceste evenimente, care mă domină inconștient și care mă fac să acționez într-un fel impulsiv, voi putea să recapăt din plin controlul asupra vieții mele și să trăiesc în pace cu mine însumi. **Psihoza maniaco-depresivă** este o alternanță de crize de excitație (manie) și de episoade depresive, care se manifestă prin melancolie. Îmi este teamă că îmi voi rata viața, că nu am niciun viitor. Această boala se manifestă des după pierderea cuiva sa a unui lucru drag. Ajung foarte repede la extreme, deoarece mă simt deconectat de puterea mea interioară, deci sunt neputincios să îmi iau viața în mâini.

Cât despre **psihoza infantilă**, aceasta poate fi rezultatul unei relații perturbate între copil și părinții lui. Copil fiind, pot trăi respingere legată de revolta inconștientă a mamei sau deoarece sunt supus unor revelații sexuale, prea precoce pentru a fi integrabile etc. Mă închid într-o stare de indiferență, de inerție și de stagnare pe planul dezvoltării mentale sau mă închid într-o lume a mea, unde nu mai comunica și care îmi servește derept mijloc de protecție. Este ca și cum nu aș mai fi capabil să-mi găsesc locul și să mă ocup de mine. Mă închid într-o "separarae protectoare", după ce am trăit o respingere puternică sau o lipsă de afectivitate, având impresia că nu pot fi ceea ce vor părinții mei să fiu, aceștia fiind controlați de fricile lor, de dorințele, de fantasmele lor, cu privire la mine, copilul lor.

Accept↓♥ să mă deschid treptat față de **universul** meu interior. Îmi recunosc puterea pe care o am asupra vieții mele. Durerile trăite în trecut fac parte din procesul de evoluție a fiecărei finite și trebuie să le accept↓♥: este singura modalitate prin care pot lăsa la o parte suferința și astfel să îmi pot construe viața pe noi fundamente positive. Sensibilitatea mea devine un instrument de transformare, deoarece astfel am acces la diferite niveluri ale **conștiinței**. Pot avea încredere în viață, deoarece sunt pe deplin protejat și îndrumat.

956. PSIHOZA— PARANOIA

Paranoia se definește ca o **psihoză** caracterizată prin supraestimarea eului, neîncredere, atitudine bănuitoare, rigiditate psihică, agresivitate, care antrenează un **delir** de persecuție. Comportamentul **paranoic** poate fi considerat un fel de sindrom provenit dintr-un sentiment de inferioritate, cu valoare de protest, de compensație, de revanșă sau de pedeapsă. Totuși, dacă sunt **paranoic**, continui să îmi păstrez toate capacitățile intelectuale. Am obsesii, idei fixe, pe care se concentrează toată atenția mea. Observ fiecare detaliu mărunt care, chiar dacă este neînsemnat, poate lua proporții inimaginabile. Deoarece universul meu este astfel edformat, totul devine periculos pentru mine. Mă simt mereu urmărit, spionat, ceea ce duce la o stare de **delir**. Dacă sunt afectat de **paranoia**, mă simt victima a tot ceea ce mi se întâmplă și sunt tot timpul în alertă. Am impresia că cineva mă **pândește, îmi dă târcoale** tot timpul. Viziunea mea asupra lumii exterioare este falsă (mă gândesc la ceea ce cred ceilalți despre mine...) Disperarea mea și tristețea mă fac să **urlu.** Mă simt pus la zid, neștiind în ce direție să mă îndrept pentru a fugi. **Anticip** tot timpul ceea ce este mai rău și mă ascund în spatele unei **carapace.** Rănile mele emoționale, sensibilitatea mea puternică, fricile și regretele mele, mai ales față de experiențe pe care le consider eșecuri, deoarece nu am primit recunoștința și admirația pe care le doream, toate acestea mă fac să fug, să mă rup de o realitate la care îmi este greu să mă adaptez. Nu pot fi consolat cu privire la o situație pe care am trăit-o. De exemplu, am avut de înfruntat moartea, pe a mea sau a altcuiva. O simt încă aproape de mine, ca și cum m-ar spiona. Simt că trăiesc între două lumi și nu mai știu care este cea reală și care este imaginară. Nu mai am **încredere** în nimeni. Îmi caut "porți de ieșire" pentru a evita să fac față realității. Există o parte din mine pe care o accept↓♥ foarte greu. Aceasta are legătură cu toate angoasele mele, cu sentimentul meu de neputință, cu furia mea refulată. Fug de propriile mele emoții. "Nu sunt nimic". Este posibil ca, în copilărie să fi învățat să trăiesc într-un mediu foarte periculos. Poate am fost chiar dat afară din casă, de la școală sau din cercul de prieteni. Nefiind capabil să mă privesc în față, am fugit de adevăr, într-o lume ireală. Astfel, am rămas cu tendința de a-i **invidia** pe ceilalți.

Accept↓♥ faptul că, gândurile mele negative și obsesiile mele sunt nocive pentru mine și este important să îmi asum tot mai mult reasponsabilitățile față de viață, deoarece sunt capabil să o creez așa cum vreau eu. Îmi creez viața prin gânduri pozitive. Sunt sincer cu mine însumi și cu cei din jurul meu. Accept toate emoțiile care există mine.

957. PSIHOZĂ — SCHIZOFRENIE

Schizofrenia este o modalitate de a mă ascunde și de a ascunde față de ceilalți, adevărata mea identitate. Dacă sufăr de schizofrenie, este posibil să fi crescut într-un mediu familial foarte rigid, în care mi-am äierdut adevărata identitate.

Neştiind cine sunt, am decis să devin altcineva. Este vorba despre o negare, un refuz total a CEEA CE SUNT. Ceea ce trăiesc este atât de intens, încât starea mea schizofrenică devine o soluţie de disperare, din cauza unui stres prea mare. **Am impresia că nu există soluţii pentru situaţia mea şi singura mea şansă de supravieţuire este să fug.** De obicei, ca mai toate persoanele afectate de schizofrenie, am un intelect foarte puternic şi am nevoie să înţeleg ceea ce mi se întâmplă, în loc să accept↓♥, pur şi simplu. Trăiesc într-un mediu plin de ameninţări şi, pentru că mă simt ameninţat, deformez realitatea. Sau mă sperii şi intru în panică. Simt nevoia să mă apăr de lumea din jurul meu: viziunea pe care o am asupra ei este foarte diferită de realitate. Am impresia că singurul mod de a deţine controlul este să trăiesc în singurătate. Îmi construiesc o lume în care îmi controlez cum vreau eu, fiecare parte a personalităţii mele. Nu sunt niciodată în totalitate, eu însumi cu ceilalţi. Am o putere fictivă, **fabuloasă** asupra persoanei mele, până în momentul în care apar acele părţi din mine pe care vreau să le uit. Această personalitate ascunsă are nevoie să se exprime şi să fie auzită. De aceea am impresia că aud voci sau că sunt posedat, realitatea fiind insuportabilă şi mă retrag într-un fel de **delir.** Trebuie să încetez să neg realitatea. Nu sunt posedat de nicio entitate, este doar o parte din mine, pe care am sufocat-o şi care cere să iasă din ascunzătoare. Faptul de a fi "divizat" devine insuportabil. Iar faptul că atrag atenţia oamenilor asupra mea şi, în acelaşi timp, vreau să îi resping, este foarte obositor. Uneori, se poate întâmpla, dacă am calităţi fizice deosebite, să le folosesc într-un mod exagerat. Fiecare dintre noi trăim, o formă de schizofrenie, într-o măsură mai mică sau mai mare. De fapt, am tendinţa de a deforma realitatea atunci când, în viaţa mea de adult, apare un eveniment care reactivează o rană apărută în timpul copilăriei mele (mai ales între 0 şi 12 ani), sub formă de respingere, de supunere, de furie, de neînţelegere, de abandon etc. este ca şi cum aş dezvolta anumite mecanisme, uneori inconştiente, pentru a mă împiedica să retrăiesc durerea sau să îmi reamintesc acea suferinţă trăită înainte. Printre aceste mecanisme de apărare se numără faptul de a schimba imediat subiectul unei conversaţii, atunci când se vorbeşte despre o situaţie, în care m-am simţit rănit sau despre un subiect care mă deranjează. În astfel de cazuri, pot avea un comportament aberant, să mă ridic să caut sarea în frigider, de exemplu, lucru care este considerat drept o "distracţie".

Este important să redescopăr fiinţa minunată care sunt şi să accept↓♥ responsabilitatea pentru viaţa mea. Accept↓♥ faptul că pot trăi în deplină siguranţă. Cheia eliberării mele este să accept↓♥ fiecare parte a fiinţei mele, deoarece acestea formează un întreg. Dacă există o parte pe care o iubesc mai puţin, ştiu că o pot schimba. În acest sens, trebuie să-mi dau jos masca şi să mă privesc în faţă. Astfel, nu mai simt nevoia de a reacţiona în exces, deoarece întreaga mea fiinţă are acum o voce şi se poate exprima. Am încredere în mine şi ştiu că nu există decât lucruri bune în interiorul meu. Uit noţiunea de "rău" pe care am lăsat-o să se infiltreze în viaţa mea şi care nu mai corespunde noii mele realităţi.

958. PSORIASIS *Vezi: PIELE — PSORIASIS*

959. PUBIANĂ (pilozitate)

Pilozitatea pubiană ascunde parţial organele genitale şi pubisul. Dacă este **deasă**, acest lucru denotă o frică legată de sexualitatea mea, ceva ce vreau să ascund. O pilozitate **rară** sau **absentă** denotă o vulnerabilitate faţă de viaţa mea sexuală sau în relaţiilor cu partenerul meu.

Accept↓♥ să mă împlinesc în sexualitatea mea, exprimându-mi fricile şi având mai multă încredere în mine.

960. PUBIS (osul...) *Vezi şi: ACCIDENT, OASE — FRACTURI [... OSOASE], TENDOANE*

Pubisul este partea anterioară a osului iliac, osul larg şi plat care formează bazinul. Ajută la protejarea naturală a organelor genitale. Deoarece aici se întâlnesc mai mulţi mişchi ai abdomenului şi ai coapsei, este posibil uneori să apară o **tendinită**, care semnifică o dezamăgire cu privire la sexualitatea mea şi la diferenţa dintre ceeea ce vreau să ceea ce trăiesc pe acest plan. O **fractură** a acestui os implică o frică sau o culpabilitate mare în acţiunile mele legate de sexualitate. O afecţiune a **pubisului** reflectă frica mea de a fi rănit în intimitatea mea. Acest lucru se întâmplă mai ales atunci când întâlnesc pe cineva cu care sunt şanse să dezvolt o relaţie mai profundă. Pot să mă simt abuzat. Acest lucru poate proveni dintr-un stres pe care l-am trăit în perioada pubertăţii. Am îndoieli cu privire la capacitatea mea de a fi un partener sexual bun, performant. În cazul în care îmi doresc un copil, mă întreb dacă nu cumva, consider acel copil o povară. Sau pot să am impresia că "performanţa" mea lasă de dorit.

Accept↓♥ să învăţ să-mi recunosc adevăratele nevoi sexuale pentru a mă împlini mai mult în ceea ce sunt. Îmi **conştientizez** limitele şi accept↓♥ să fiu mai deschis faţă de ceilalţi, ştiind că sunt protejat tot timpul.

961. PULS (anomalii ale...) *Vezi: INIMĂ♥ ARITMIE CARDIACĂ*

962. PUNCTE NEGRE *Vezi: PIELE — PUNCTE NEGRE*

R

963. RAHITISM

Rahitismul este o boală de creștere, care afectează scheletul. Este favorizată de o lipsă de mineralizare a oaselor (tulburări de metabolism a fosforului și a calciului) și prin carența de vitamina D. Dacă sunt afectat de o astfel de boală, malnutriția de care sufăr pe plan fizic, o scoate la **lumină** pe cea pe care am impresia că o trăiesc la nivel personal și afectiv. Am impresia că ceea ce produc prin creativitatea sau sexualitatea mea, nu are nicio vitalitate. Trăiesc un gol sau o lipsă de tandrețe, de **iubire**. Pot avea impresia că sunt singur pe lume și că nimeni nu mă înțelege. Nu am sprijinul de care am nevoie și mă simt vulnerabil. Prin urmare, trăiesc pentru ceilalți. Mă simt inferior față de ceilalți și joc rolul victimei. Această boală mă afectează mai ales când sunt copil și scoate la **lumină** faptul că mama mea, este posibil să trăiască aceleași emoții ca mine. Trebuie să îmi reamintesc că sunt tot timpul protejat și că **iubirea** universală este prezentă peste tot.

Este nevoie să accept↓♥ această **iubire** și să o las să mă hrănească pentru a face să dispară boala, care nu va mai avea sens, deoarece voi înțelege faptul că trebuie să îmi ofer **iubire** pentru ca apoi să o pot dărui celorlalți. Adevărata bogăție este cea interioară.

964. RANĂ *Vezi: ACCIDENT, TĂIETURĂ*

965. RANCHIUNĂ

Dacă simt **ranchiună** față de o persoană sau o situație, simt un profund resentiment și vreau să mă răzbun. Voi cultiva aceste sentimente negative, considerându-mă o persoană care a fost rănită și care este o victimă. Viața mea ar trebuie să fie mai bună, ar fi trebuit să ajung în vârful societății "dar cineva m-a împiedicat să fac acest lucru !" Îi fac pe ceilalți responsabili pentru propria mea viață. De ce să îmi pierd energia pentru a urî pe cineva ?

Este important să accept↓♥ evenimentele cu **inima♥** și să mă îndrept spre viitor, în loc să rumeg tot timpul trecutul. Dacă nu fac acest lucru, **inima♥** mea se va întări și corpul meu va reacționa printr-o afecțiune sau boală.

966. RAYNAUD (boala a lui...) *Vezi și: SÂNGE — CIRCULAȚIE SANGUINĂ*

Boala lui Raynaud[68] se caracterizează printr-o contracție a micilor artere de la mâini, de la picioare și mai ales, de la degete, care se manifestă prin paloare și extremități rigide, care devin albastre sau purpurii. Degetele sunt la început albe. apoi se colorează, în timpul reluării circulației, care devine dureroasă. Sângele nu circulă bine în extremități. Emoțiile care ar trebui să circule prin sânge, sunt blocate. Atunci când unul sau mai multe degete de la mâni sunt afectate, este bine să verific semnificația degetului respectiv și astfel să clarific mai mult ce aspect al vieții mele este afectat. Membrele atinse de această boală se simt abandonate și trăiesc un sentimente de pierdere. În acest caz, este bine să îmi pun următoarea întrebare: oare și eu, în viața mea trăiesc un sentiment de respingere ? Îmi este frică să mă exprim și că îmi voi pierde poziția pe care o am ? Am încheiat o relație afectivă de care mă mai agăț încă ? Mă simt abandonat de cineva (poate cineva care a murit și am senzația că "mi-a înghețat sângele" și refuz să închei doliul) sau mă simt abandonat de viață? De ce simt nevoia de a mă îndepărta de oameni ? Pentru a nu mă simți obligat să fac anumite lucruri ? De ce sunt atât de dificile contactele fizice și emoționale ? De ce anume vreau să mă protejez ? Poate mă simt prea vulnerabil sau nu mă consider suficient de important sau întreprinzător pentru ca ceilalți să fie interesați de mine. Am o stare de nehotărâte puternică și acest lucru mă împiedică să merg mai departe. Îmi este frică să mă întorc acasă, pentru că simt că mă pândește un pericol. Am nevoie să mă împac cu mama mea sau cu persoana care joacă acest rol în viața mea. Accept↓♥ faptul că, la un anumit nivel, m-am deconectat de la energia Universului și am nevoie să îmi găsesc locul și să mă integrez în acest Univers, în care joc un rol important. Dacă mă integrez în universul exterior, extremitățile mele vor fi din nou hrănite de **iubire** și de înțelegere. Sunt convins că toate acțiunile și toate deciziile mele sunt cele mai bune pentru mine și pentru evoluția mea.

Accept↓♥ să îmi concretizez ideile și visele, chiar și pe cele care par mai nebunești. Astfel îmi construiesc o nouă realitate și îmi creez noi oportunități. Viața mea va deveni mai bogată și mai motivantă.

967. RĂCEALĂ - RINITĂ *Vezi și: ALERGIE — FEBRA FÂNULUI*

Răceala, denumită și rinită este o infecție virală, care declanșează tuse și curgerea nasului. Cea mai cunoscută formă este **rinita acută (coriza). Răceala** se manifestă și prin dureri de spate, oboseală, nas înfundat. Este foarte răspândită și foarte contagioasă. Deoarece corpul este afectat de o bacterie sau un virus, acest lucru indică o scădere a sistemului imunitar. Această stare poate proveni din **confuzia gândurilor** mele, din faptul că nu mai știu încotro să merg. Trăiesc o stare de dezordine totală și sensibilitatea mea este foarte afectată. Există prea multe lucruri de gestionat, în același timp. Mă întreb de unde să încep. Mă simt zdrobit de obligațiile familiale sau profesionale. Îmi este frig și atunci "răcesc" și răceala se declanșează. **Răceala** îmi oferă un timp pentru odihnă, în care mă pot "proteja" de ceilalți și pot păstra distanța față de ei, pentru a intra în contact cu mine însumi. Deoarece există o eliberare de secreții, este posibil să trăiesc o situație emoțională care mă afectează profund și față de care trăiesc multe emoții, care nu vor decât să fie eliberate. Există vreun lucru pentru care aș vrea să plâng, fără să recunosc însă ? Deoarece am nasul înfundat, oare există vreo situație sau o persoană "care miroase urât" și pe care nu vreau să o simt aproape ? Pentru că o **răceală** poate afecta atât pieptul, cât și capul, poate exista un dezechilibru dacă îmi concentrez toată atenţia pe un plan, ignorându-l pe celălalt. Fiind de multe ori în legătură cu frigul, este bine să mă întreb care este situaţia sau care sunt cuvintele ce mi-au fost spuse şi care au "răcit" relaţia respectivă, sau care mi-au "îngheţat" corpul în aşa fel încât m-am simţit rănit, dezamăgit şi vinovat. Am relaţii reci cu cineva ? Există cineva care mă vorbeşte pe la spate ? Sau eu sunt cel care mă "răcesc" faţă de propria mea durere şi supărare ? Pentru că mă simt victimă, accept↓♥ ca ceilalţi să îmi dea "viruşi".

---

[68] **Raynaud** (Maurice): medic francez (1834-1881) care a descris primul, în 1862, manifestările acestei boli

Accept↓♥ faptul că am nevoie de căldură umană. Trebuie să încep prin a avea grijă de mine, pentru ca şi ceilalţi să facă la fel. Îmi dau jos toate măştile, deoarece sunt "imunizat" faţă de orice atac din exterior. Am nevoie de timp de odihnă, pentru a clarifica lucrurile în viaţa mea. Am nevoie să îmi refac forţele. Adopt noi atitudini şi noi comportamente. Fac curăţenie în viaţa mea şi încetez să mă mai las influenţat de credinţele populare ("iarna aceasta s-a răspândit răceala peste tot" sau "răcesc tot timpul, în decembrie"). Învăţ să îmi cunosc limitele şi să nu le depăşesc. Astfel, armonia se poate instala şi devin stăpânul vieţii mele. Dacă am nevoie ca ceilalţi să se ocupe de mine, să fiu consolat, îndrăznesc să cer acest lucru !

968. RĂGUŞEALĂ *Vezi şi: AFONIE*

Am vocea **răguşită** atunci când timbrul vocii devine surd, înfundat sau hârşâit. **Răguşeala** este un semn că sufăr de epuizare mentală şi fizică. Ceva împiedică rotiţele mele să se învârtă fără obstacole. Trăiesc un blocaj emoţional, o emoţie puternică şi îmi reţin agresivitatea. Deoarece gâtul este legat de centrul de energie al adevărului, al comunicării şi al exprimării de sine (chakra gâtului), este posibil să mă simt afectat de dificultatea pe care îmi este greu să o asimilez şi de convingerile mele personale. Am recurs la unele stimulente precum cafeaua, alcoolul, ţigările etc. iar când efectul acestora a dispărut, **răguşeala** apare din nou. Oboseala pe care o simt amplifică neliniştea şi grijile cărora nu voiam să le fac faţă. Există o dualitate puternică în mine: "să spun sau să nu spun" ? Să spun adevărul sau nu ?" Dacă sunt neliniştit cu privire la felul în care vor primi ceilalţi ceea ce spun sau nu sunt sigur de vorbele mele, frica sau nesiguranţa mea se vor simţi în vocea mea, care devine **răguşită.** În loc să comunic cu adevărat ceea ce simt şi ceea ce trăiesc, exprim mai ales ceea ce presupun că ceilalţi aşteaptă de la mine, ceea ce, într-un anumit sens, pare o minciună. În loc să îmi folosesc forţa interioară, mă sprijin de ceilalţi, lucru care îmi dă o nesiguranţă şi mă face mai fragil (la fel ca vocea mea).

Conştientizez faptul că am nevoie de timp pentru a mă opri şi a accepta↓♥ să îmi acord un răgaz pentru a mă reface. Fiind odihnit, situaţiile şi evenimentele îşi vor relua proporţia reală, voi fi mult mai obievtiv şi mai lucid pentru a lua deciziile potrivite. Îmi permit să îmi exprim emoţiile. **Conştientizez** faptul că, dacă vorbesc din **inimă♥** îmi controlez pe deplin resursele şi mă voi simţi în largul meu, pentru a mă exprima liber. Vocea mea va putea şi ea să se exprime liber, deoarece acum am încredere în ceea ce spun şi ştiu că ceilalţi ascultă cu **inima♥** ceea ce am de spus.

969. RĂGUŞEALĂ *Vezi: GÂT — RĂGUŞEALĂ*

970. RĂU DE AER *Vezi:RĂU DE MARE*

971. RĂU DE ALTITUDINE *Vezi:RĂU DE MUNTE*

972. RĂU DE CAP *Vezi:CAP*

973. RĂU DE CĂLĂTORIE *Vezi:RĂU DE TRANSPORT*

974. RĂU DE GÂT *Vezi:GÂT- FARINGITA*

975. RĂU DE INIMĂ *Vezi:GREŢURI*

976. RĂU DE MUNTE *Vezi şi: APETIT, BALONĂRI, GREŢURI, AMEŢELI*

Atunci când sunt la **altitudine**, se poate produce un ansamblu de probleme datorită faptului că oxigenul este mai rar iar corpul meu îl obţine greu - există o lipsă de deschidere sau de adaptare undeva. Întrucât urc, schimb nivelul conştiinţei, care poate provoca un şoc. Problemele pe care le trăiesc nu sunt decât reflectarea angoaselor şi rănilor interioare conştiente sau inconştiente. Este evident că cu cât voi avea un fizic mai în formă, cu atât îmi va fi mai uşor să suport, până la nivel fizic, aceste schimbări de conştiinţă interioare.

Accept↓♥ să rămân calm şi încrezator în mine însami şi în viaţă, de a mă deschide altor orizonturi şi de a dezvolta acest sentiment de libertate pe care îl trăiesc.

977. RĂU DE MARE - *Vezi şi: RĂU DE TRANSPORT*

Răul de mare este senzaţia de a nu avea controlul situaţiei, de a fi aruncat în evenimentele vieţii, impresia că ai putea pierde totul. Neavând picioarele pe pământ, trăiesc o anumită nesiguraţă care ia proporţii din ce în ce mai mari cu cât încerc să mă proiectez în viitor sau să fac faţă necunoscutului. Asta se manifestă prin greţuri. Trebuie să mă întreb ce nu diger sau ce mi-aş dori să resping întrucât nu am acceptat. Fugind de propriile emoţii şi de esenţa fiecărui lucru, evit să mă simt în siguranţă şi bine ancorat în viaţă. Sunt ca un vas care merge în bătaia vântului. Nu sunt eu cel care decide drumul pe care îl urmez dar las evenimentele exterioare să se ocupe de asta, de unde şi sentimentul de insecuritate. Trăiesc ranchiună faţă de alţii şi îi critic, dar, în fond, îmi reproşez mie însumi că trăiesc în nesiguranţă. Este nevoie să mă întreb care este suferinţa pe care o trăiesc cu privire la mama mea. Poate că a murit şi îmi lipseşte. Sau poate relaţia noastră este tensionată, conflictuală. Se întâmpla adesea ca orice rău de transport - vapor, avion, autoturism, tren, să fie legată de frica mea, conştientă sau inconştientă, de moarte.

Accept↓♥ să văd în interiorul meu pentru a găsi răspunsul la întrebarile mele. Renunţ să mă mai distrug prin gânduri negative şi prin modul meu de a mă judeca prea sever.

978. RĂU DE MAŞINĂ *Vezi:RĂU DE MARE*

979. RĂU DE TRANSPORT - *Vezi şi: ANXIETATE, RĂU DE MARE, GREŢURI, AMEŢELI*

Răul de transport survine atunci când trăiesc o dualitate sau un dezacord între două surse de informare diferite şi aceasta cauzează o dificultate de a-mi ajusta reperele cu privire la anumite persoane sau situatii. De exemplu, ceea ce spune mama este în dezacord cu ceea ce spune tata. Lumea mea interioară este total diferită de lumea exterioară. Pot să mă simt bine şi în deplin control cu privire la vehiculul pe care îl conduc, dar nu şi cu privire la oamenii care mă înconjoara. Trăiesc insecuritate, şi lipsă de confort. Asta deranjează obişnuinţele mele prestabilite şi am impresia că pierd controlul a ceea ce se întampla în viaţa mea. Necunoscutul mă sperie şi implicit, moartea. Există ceva de care vreau să fug. **Răul de autoturism** se referă adesea la sentimentul de a mă simţi prins, sufocat, încolţit. Dacă am dificultatea de a conduce eu însumi un autoturism, mă întreb în ce manieră îmi conduc propria viaţă- sunt eu cel care o conduce sau poate o las să fie condusă de alţii întrucât mie îmi este teamă de autoritate, de responsabilitatea inerentă luării deciziilor.

Dacă nu îmi place ca altcineva să conducă, poate că nu sunt capabil să am încredere în altcineva şi am tendinţa de a dori să controlez foarte mult, crezând că astfel mă pot simţi ăn siguranţă. Se poate întâmpla ca inconfortul meu vis a vis de un mijloc de transport să fie legat de o experienţă trecută care a fost traumatizantă sau dezagreabilă pentru mine. Când mă aflu într-o situaţie similară, corpul meu îsi reaminteşte experienţa negativă şi reacţionează. Se poate întâmpla, de pildă, să fi primit o veste foarte proastă în timpul unui voiaj. Asociez acum inconştient călătoriile cu veştile proaste.

Accept↓♥ să fac pace cu mine însumi şi să conştientizez că mijloacele de transport sunt sigure. Este nevoie să-mi dezvolt încrederea şi sentimentul de securitate. Ştiu că sunt mereu bine ghidat, că sunt întotdeauna în locul potrivit, la momentul potrivit. Am încredere în viitor, accept să trăiesc experienţe noi din care voi ieşi mai evoluat.

980. RĂU DE SPATE *Vezi: SPATE ÎN GENERAL*

981. RĂU DE STOMAC *Vezi şi: INTESTINE*

Atât pentru copil, cât şi pentru adult, **răul de stomac** este un semn al sentimentului de abandon, de singurătate. Sunt sensibil cu privire la un eveniment exterior care mă afectează fără să îl pot exprima. Aceasta face să se nască în mine revolta. Durerile de stomac sunt adesea la copil, o manieră de a avea grijă de el. Este un refuz de a comunica, o grijă de a nu fi ascultat. Sunt angoasat căci nu ştiu dacă am făcut tot ce era de făcut. Am luat decizia bună? Aş vrea să fiu corect. Mi-e teamă de suferinţă şi de moarte. Am impresia că nivelul meu de stres este foarte ridicat. Aş putea să mă exprim pentru a mă asigura şi pentru a-mi da mai multă încredere în mine.

Accept↓♥ să comunic cu anturajul şi să las iubirea să circule către ceilalţi. Am încredere în viaţă.

982. RĂUTATE *Vezi şi: DREPTATE (EU AM...)*

Răutatea este dorinţă maladivă, de ură exprimată prin obiectivul de a face rău, prin cuvinte sau acţiuni. Vreau să îmi dovedesc că sunt corect, că am dreptate. Aceasta poate proveni din răni emoţionale grave, din frustrări. Doresc să mă răzbun, crezând că astfel obţin un sentiment de uşurare.

Accept↓♥ că suferinţa mea îmi aparţine şi că în loc să mă răzbun, aş putea să îmi ascult emoţiile, să le înţeleg sursa. Pot accepta că tot ce mi se întâmplă sunt lecţii de viaţă care mă ajută să evoluez.

983. RÂGÂIT, ERUCTAŢIE *Vezi: ERUCTAŢIE*

984. RECT *Vezi: INTESTINE— RECT*

985. REGRETE

Dacă mă hrănesc cu regrete, îmi hrănesc corpul cu suferinţă, cu supărare, cu nemulţumire faţă de ceea ce ar fi trebuit să fac sau nu, să spun sau să gândesc. Fac faţă unei realităţi contrariante. Am impresia că am pierdut ceva sau pe cineva, pentru totdeauna. **Regretele** mele mă rod în interior şi îmi scad nivelul de energie. Crează un teren propice pentru instalarea bolilor.

Accept↓♥ să am o atitudine pozitivă ştiind că fac tot timpul tot ce ştiu eu mai bine. Învăţ din trecutul meu şi astfel mă îmbunătăţesc, câştig experienţă, devin mai înţelept.

986. RESPIRAŢIE (în general)

Respiraţia este o funcţie care asigură schimbul de aer între mine şi mediul exterior. Este o cale de acces pentru viaţă, pentru ca ea să intre în interiorul meu. Dacă pot respira adânc, acest lucru reprezintă abilitatea mea de a da viaţă şi forţă emoţiilor mele. O **respiraţie** superficială indică o frică sau o rezistenţă faţă de viaţă, mai ales în momente de disperare sau de panică şi denotă faptul că am tendinţa de a-mi refula emoţiile. Îmi trăiesc viaţa în modul în care respir, poate fi într-un mod superficial, lipsit de sens sau în ritmul natural al vieţii. Cadenţa între " a lua" (inspiraţie) şi "a da" (expiraţie) are loc în armonie, căile de comunicare dintre mine şi lumea exterioară sunt deschise şi libere.

987. RESPIRAŢIE (afecţiuni de...) *Vezi: ASTM, GÂT [AFECŢIUNI ALE...], MOARTE SUBITĂ A NOU-NĂSCUTULUI, PLĂMÂNI [AFECŢIUNI ALE...]*

Dificultăţile mele de **respiraţie** denotă un conflict între locul pe care îl ocup în viaţă şi cel pe care aş vrea să îl ocup. Poate fi vorba, de asemenea, despre un conflict între dorinţele mele materiale şi spirituale, o rivalitate între dorinţa mea de a trăi şi cea de a "renunţa la tot". Mă pot simţi sufocat de lucrurile pe care mă oblig să le fac sau de persoanele pe care mă simt obligat să le întâlnesc, ceea ce declanşează, printre altele, **o "lipsă de suflu".** Limitele mele sunt bine stabilite sau, din contră, îi las pe ceilalți și viața însăși, să îmi dicteze cum trebuie să fiu ? Dacă, în plus, dificultățile mele respiratorii sunt ciclice, trebuie să mă întreb ce eveniment sau ce persoană poate fi unul dintre elementele declanșatoare ale acestei afecțiuni: ce anume "îmi taie suflul" sau este posibil să vreau "să fiu lăsat să respir"? Pot să fiu atât de exasperat încât, inconștient, **problemele mele respiratorii**, pot deveni un mod de a-i manipula pe ceilalți pentru a obține ceea ce vreau. Este posibil să mă simt limitat. Am dificultăți de respirație atunci când ezit să dau, să împărtășesc lucrurile sau sentimentele mele. Îmi este teamă să iau, să absorb sau să integrez lucruri noi sau chiar viața însăși, cu toate bucuriile pe care le poate aduce. Nu mai cred că voi râde din nou într-o zi. **Dificultatea de a expira** aerul denotă retragerea în mine, nu ocup spațiul care mi se cuvine. Nu mai am aspirații profunde și, într-un fel, parcă aștept moartea, aștept să-mi "dau ultima suflare". Acest lucru este valabil, mai ales dacă sufăr de **apnee în somn**. În acest caz, simt că există ceva în aer, care nu "miroase bine". Simt un pericol, fără să îl pot identifica și vreau să mă simt în siguranță, ca atunci când mă aflam în pântecele mamei.

Accept↓♥ să nu mă mai opun, să las totul să curgă și să mă abandonez, având încredere în viață. Astfel, îmi voi găsi locul cuvenit în Univers. Renunț la lucrurile care nu sunt bune pentru mine. Accept↓♥ să mă schimb, să evoluez. Accept↓♥ faptul că viața mea se schimbă în mai multe aspecte, iar unele din visele mele se spulberă și este momentul să privesc spre viitor cu încredere, să îmi ocup locul cuvenit și să mă afirm așa cum sunt acum. MULȚUMESC tuturor experiențelor pe care le-am trăit până azi, știind că viața se va ocupa de mine.

988. RESPIRAȚIE — ASFIXIE *Vezi și: ASTM, RESPIRAȚIE [AFECȚIUNI DE...]*

Asfixia este o tulburare respiratorie care se manifestă prin oprirea respirației sau obstrucția (conștientă sau nu) a căilor respiratorii, care irigă oxigenul spre plămâni. Această stare, foarte spontană, are legătură cu o neîncredere în viață, cu desfășurarea ei și cu anumite frici profunde, apărute în timpul copilăriei mele. Poate proveni din nesiguranța de a rămâne blocat sau "fixat", ca și cum m-aș simți "fixat" (as-"fix"-ie) într-o situație în care mă sufoc și sunt incapabil să mă mișc. Este chiar posibil ca **asfixia** să fie legată de o "fixație mentală" cu privire la sexualitate, deoarece, fiind **asfixiat**, gâtul este cel care este blocat, iar gâtul simbolizează exprimarea de sine, creativitatea și sexualitatea. Mă simt ***abătut*** și nu știu cum să ies din starea de letargie, pentru că îmi este frică de viitor, vreau să rămân în trecut, în perioada copilăriei sau a adolescenței, în funcție de perioada care a fost cea mai frumoasă pentru mine.

Accept↓♥ să fiu pregătit să văd altceva, să mă mișc, să nu mai am nevoie de o **fixație** și să am încredere în viața mea. Trebuie să îmi asum responsabilitățile și să nu îmi mai **fixez** atenția pe frustrările din copilărie, care mă mai afectează încă și să fac tot ce trebuie pentru a le integra.

989. RESPIRAȚIE — SUFOCARE

Sufocarea indică faptul că mă simt blocat, că nu am aer și spațiu. **Gâtul** corespunde centrului de energie legat de adevăr, de exprimarea de sine, de creativitate și, indirect, de sexualitate. Pot să mă simt "strâns de gât" sau simt că o idee "a trecut pe lângă", mă simt foarte criticat. Mi-am refulat atât de mult emoțiile încât acum există un prea-plin în mine. Și, în ciuda a tot ceea ce se întâmplă, încă mai încerc să le reprim. Aceste emoții sunt însă foarte prezente în viața mea de zi cu zi și, inconștient, le alimentez până când ajung să mă **sufoce.** Este posibil ca, anumite situații să fie atât de dificil de înghițit, încât mă **sufocă.** Mă **sufoc** cu unele situații din trecutul meu, care încă mă mai fac să sufăr și care sunt încă foarte proaspete în memoria mea. Îmi este greu să mă integrez în societate, în familia mea sau la locul de muncă. De ce îmi este atât de frică să fiu eu însumi și să mă exprim ? Poate din teama de respingere, deoarece cred că nu pot fi iubit, așa cum sunt?

Trebuie neapărat să renunț și să accept↓♥ să las să iasă la suprafață tot ceea ce este închis în mine. Soluția este să învăț să comunic și să îmi exprim nevoile. Cât de ușurat mă voi simți după aceea! Îmi dau seama că nu ceilalți trebuie să se schimbe și că nevoile fiecăruia pot fi împlinite, respectându-i pe ceilalți și în armonie.

990. RESPIRAȚIE — TRAHEITĂ

Traheita este o inflamație a mucoasei din interiorul **traheei**, conducta prin care trece aerul din laringe, la bronșii și bronșiole. De obicei, este asociată unei laringite, unei bronșite sau rinofaringite. Căile respiratorii astfel afectate arată faptul că mă simt sufocat. Aerul reprezentând viața, simt o mare tristețe și uneori furie. Mă simt neînțeles de către cei din jurul meu, ceea ce îmi determină o stare depresivă. Am impresia că **nu am aer** și că trăiesc din obligație și nu sunt liber să decid eu însumi asupra vieții mele. Este ca și cum aș avea mâinile legate la spate. Trăiesc o dualitate rațiune-pasiune. Mă sufoc pentru că vreau să îi controlez pe ceilalți. Am nevoie de spațiu, poate chiar să fiu separat de unele persoane, pentru a mă simți mai bine, deoarece mă simt foarte iritat. Corpul meu îmi spune să respir liber și să las loc **iubirii.**

Accept↓♥ autonomia și libertatea, pentru mine și pentru ceilalți și îmi regăsesc **demnitatea.**

991. RETENȚIA APEI *Vezi și: EDEM*

Retenția apei în organism este de obicei cauzată de o proastă funcționare a rinichilor. Corpul meu "face rezerve" și acest lucru scoate în evidență faptul că este posibil să acumulez lucruri sau emoții deoarece îmi este groază să pierd ceva sau pe cineva. Îmi păstrez lacrimile în interior. Sunt foarte reținut, sunt atent să nu îi deranjez pe cei din jurul meu. Evit să "cad pradă tentațiilor" și acest lucru provoacă frustrări și instabilitate. Nesiguranța mea poate fi motivul inconștient al acestor "rezerve". Am tendința de a mă critica și de a-i critica pe ceilalți. Acest lucru provine din dificultatea mea de a mă afirma sau, din contră, din cauza egoului meu prea mare, care mă face să ocup chiar și locul celorlalți. Astfel îmi ascund angoasele. Relația mea față de autoritate va fi foarte haotică, deoarece mă simt victima unei nedreptăți.

Accept↓♥ să îmi asum responsabilitatea pentru viața mea și să învăț ce înseamnă respectul și modestia. Învăț să îmi ocup locul care îmi revine, prin drept divin, știind că totul este posibil, totul este disponibil, atâta timp cât știu să cer.

992. RETINITĂ PIGMENTARĂ *Vezi: OCHI— RETINITĂ PIGMENTARĂ*

993. RETINOPATIE PIGMENTARĂ *Vezi: OCHI — RETINITA PIGMENTARĂ*

994. RETRAGEREA ÎN SINE

Retragerea în sine poate fi o ocazie minunată de a mă opri, de a-mi acorda timp pentru mine, de a-mi descoperi nevoile. Acest lucru se mai numește și introspecție. Totuși, în cazul în care această perioadă se prelungește și în loc să fie o formă de evoluție și de cunoaștere de sine, poate deveni o ocazie pentru a mă închide față de lumea exterioară, pentru a "rumega" idei negative, pentru a-mi plânge de milă și a juca rolul victimei. În acest caz există riscul de a mă îmbolnăvi grav, atât pe plan psihologic, cât și fizic.

Accept↓♥ să fiu deschis în fața Universului și să îmi respect nevoile pentru a trăi în bucurie și armonie.

995. REUMATISM *Vezi și: ARTRITĂ — POLIARTRITĂ REUMATOIDĂ, ARTICULAȚII, INFLAMAȚII*

Reumatismul se definește ca o afecțiune dureroasă acută, de obicei cronică, care afectează buna funcționare a aparatului locomotor. Am o rigiditate în articulații, lucru care face ca mișcările să devină dificile. Reumatismul simbolizează rigiditatea mea, inflexibilitatea și încăpățânarea mea cu privire la anumite persoane sau situații. Îmi este teamă că voi fi rănit, vreau să arăt o imagine, în care să par "deasupra tuturor", să arăt că "totul merge bine", chiar dacă, în sinea mea, nu este cazul. În lumea mea, mă consider drept victima nedreptăților care mi se întâmplă. Mă gândesc tot timpul la "micile mele nefericiri" și sunt foarte critic, fie față de mine însumi, fie față de ceilalți. Mă consider un martir. Nu îmi mai acord nicio șansă, sunt foarte exigent și mi se pare că viața are un gust foarte acru. Trebuie să mă întreb dacă sunt tulburat față de o situație în care trăiesc ambiguitate: *Să fac sau nu acel lucru ? Să îl lovesc sau nu ? etc.* Trăiesc un conflict interior, legat de o separare, de exemplu, cea de copilul meu: vreau să fiu apropiat de el, dar nu pot. Dacă mi-am lovit copilul și apoi regret acest lucru, este foarte posibil ca, mâna care a făcut acest gest, să fie afectată de **reumatism**. Respectul meu față de mine este foarte scăzut, deoarece mă devalorizez tot timpul. Îmi fac griji pentru ceilalți, mai ales pentru copiii mei. Mă sprijin pe ei, deoarece ei sunt rațiunea mea de a fi și motivul pentru care continui să trăiesc. Dacă se lovesc, dacă au probleme, dacă au eșecuri, îmi este teamă că nu sunt capabili să își revină și mă întreb: "Ce aș fi putut face altfel sau mai mult pentru ei ? Ar fi trebuit să îi ajut..." Culpabilitatea și responsabilitatea sunt mari, la fel și devalorizarea mea. Trebuie să fac de o sută de ori mai multe și să fiu de o sută de ori mai bun, pentru a-mi recăpăta respectul față de mine, valoarea și **iubirea** celorlalți, pe care oricum am impresia că nu o primesc. Trăiesc într-o lume imaginară și nu sunt satisfăcut de viața mea. Sunt frustrat, dezamăgit, deoarece mă simt neputincios să schimb lucrurile în viața mea. Aș vrea să fiu primul, să dau dovadă de mai multă independență și curaj, dar mă simt incapabil. Am impresia că nu merit să fiu fericit, că oricum trebuie să îndur "încercările" vieții. Oare am impresia că ceilalți au vrut să mă manipuleze sau că am fost trădat ? **Reumatismul articular acut (boala lui Bouilaud**[69]**)** scoate în evidență faptul că îmi este teamă că voi pierde **iubirea** cuiva foarte drag, deoarece acesta trebuie să plece.

Accept↓♥ marea mea nevoie de **iubire**. Învăț să am grijă de mine însumi și să îmi asum emoțiile, deoarece acestea sunt toate pozitive și mă ajută să mă cunosc mai mult. Devin stăpânul vieții mele și, din victima care eram, devin creatorul vieții mele. Știu că totul este posibil. Este suficient să am răbdare și să accept↓♥ să înaintez în ritmul meu, evitând să fiu sub presiune și făcând schimbările necesare pentru a fi mai bine.

996. RIDURI

Ridurile sunt niște crăpături cutanate. Pot fi riduri de expresie sau de bătrânețe. Se produce o **ruptură** a fibrelor elastice ale dermei și este afectat și restul țesutului conjunctiv. Ridurile apar atunci când trăiesc un șoc emoțional, o tulburare puternică sau o suferință interioară. Aceste raze de pe pielea mea exprimă și cristalizează suferința și durerea, care îmi marchează pielea. Este posibil să trăiesc o **ruptură** sau un eveniment în care trebuie să mă detașez de o persoană, de o situație sau de un bun material. Din această cauză trăiesc o supărare mare, o disperare, neînțelegere și durere interioară. Dacă mă stresez prea mult cu privire la munca mea, am îndoieli sau cred că nu sunt la înălțime, aceste neliniști se vor impregna în pielea mea și vor forma **riduri**. **Ridurile verticale dintre ochi** denotă o tensiune excesivă, agresivitate și nerăbdare.

Accept↓♥ să renunț la trecut, fac curățenie în viața mea, în structurile mele psihice rigide, care îmi înfrânează elanul. Învăț să accept↓♥ faptul că, orice eveniment din viața mea există pentru a mă ajuta să mă împlinesc și prin detașare îmi manifest **iubirea** necondiționată. Astfel, **ridurile** mele nu mai au motiv să existe și pot dispărea. Înțelepciunea este cea care aduce adevărata tinerețe a **inimii♥**.

---

[69] **Bouillaud** (Jean-Baptiste Bouillaud) (1796-1881): este primul care a demonstrat legătura dintre poliartrită și endocardită, în lucrarea sa, publicată în anul 1840, *Tratat clinic al reumatismului articular* și legea coincidențelor inflamațiilor inimii, cu această boala. Pentru problemele cardiace ale reumatismului articular propune un tratament bazat pe sângerare și pe lipitori

997. RIGIDITATE (... articulară, ... musculară)

Rigiditatea musculară, provocată de acumularea de acid lactic, implică o acumulare de energie mentală rigidă şi blocată. Manifest astfel modele de gândire rigide şi încăpăţânare, precum şi un refuz sau o incapacitate de a "mă preda". Poate fi vorba despre o situaţie legată de o autoritate sau faţă de mine însumi. Înţepenesc într-o structură, mă blochez în loc să mă las dus de curent. Îmi las la o parte spontaneitatea şi mă opun mersului vieţii. Nu îmi las intuiţia să se exprime. Devin intransigent. O **rigiditate** îmi limitează anumite mişcări: oare am impresia că am avut prea multă libertate într-o anumită situaţie sau cineva voia să îmi ia libertatea? Trebuie să îmi verific atitudinile mentale, în relaţie cu partea corpului afectată de **rigiditate.** Dacă este vorba despre **articulaţii**, care sunt rigide, la nivelul membrelor sau al coloanei vertebrale, înseamnă că există o rezistenţă puternică, manifestată prin oase, care indică o rigiditate profundă şi un refuz de a merge înainte.

Accept↓♥ să devin mai deschis şi mai flexibil faţă de noile direcţii care mi se oferă, pentru a nu risca să rămân înţepenit. În loc să mă opun, mă las purta de viaţă şi trăiesc în ritmul anotimpurilor şi al vieţii.

998. RINICHI (probleme renale) *Vezi şi: CALCULI / [ÎN GENERAL] / RENALI, FRICĂ*

Rinichii menţin echilibrul (asemenea unei balanţe) din mediul interior prin purificarea sângelui de substanţele toxice şi prin echilibrarea "intrărilor" din mediul interior cu "ieşirile" în exterior (secreţiile de urină). **Rinichii** mă ajută să fac faţă vieţii. Participă la controlul presiunii arteriale. Stimulează producţia de globule roşii. **Rinichii** eliberează corpul de deşeuri, îl curăţă, aşa cum curăţă corpul, în sens figurat, de ideile negative şi de toate lucrurile care îl **poluează. Rinichii** filtrează emoţiile şi mă ajută să trăiesc plin de bucurie, atuunci când curăţenia este făcută într-un mod constant şi natural, lăsând să iasă afară vechile enervări şi vechile supărări. Dacă am o relaţie bună cu lumea mea interioară, **rinichii** mei vor funcţiona foarte bine. **Rinichii** simbolizează stabilitatea, discernământul, echilibrul. O proastă funcţionare a acestora denotă o reţinere a vechilor modele emoţionale sau o reţinere a anumitor emoţii negative, care nu vor decât să fie eliberate. Relaţia mea cu partenera mea/partenerul meu este de multe ori lipsită de armonie şi mă simt vulnerabil, căutând cu disperare un anumit echilibru. Sexualitatea poate deveni pentru mne un mijloc de a evada, de a fugi de problemele mele. Aştept ca ceilalţi să mă facă fericit. Mă simt **lichefiat**, ca şi cum mi s-ar fi luat toate forţele. Vechile mele emoţii reţinute se manifestă cel mai frecvent prin **pietre la rinichi**, denumite şi **calculi renali.** Fac tot timpul "calcule" pentru a şti ce îmi aparţine mie sau ce risc să pierd. Îmi este teamă că îmi va fi distrusă cariera. Vreau să îmi impun limitele şi graniţele, pentru a nu "pierde" niciun centimetru din spaţiul meu vital ! Uneori, este posibil ca, toată tristeţea mea ne-exprimată, care se solidifcică de-a lungul timpului, deoarece nu am renunţat la o situaţie de nesiguranţă (atât pe plan emoţional, cât şi material), pentru a dobândi o nouă înţelegere, să se manifeste printr-o furie, care împreună cu tristeţea îngheaţă în interiorul meu, în loc să fie exprimată şi să curgă afară, ca apa unui râu. Pot să mă simt ca un vapor care a **eşuat** şi care nu mai poate înainta. Am impresia că mă voi **ruina**. Sunt plin de remuşcări, aş vrea atât de mult să mă întorc în trecut şi să schimb lucrurile... **Rinichii** sunt recunoscuţi, de asemenea, ca "sediu al fricii". Atunci când sunt slăbiţi sau nu mai funcţionează bine, este posibil să existe o frică pe care nu vreau să o exprim sau pe care nu mi-o mărturisesc nici măcar mie însumi. Discernământul meu este astfel afectat. Am impresia că sunt **vizat** de situaţii care, în realitate nu au nicio legătură cu mine. Am tendinţa de a trăi situaţii extreme, fie devin prea autoritar, cu tendinţa pronunţată de a critica, fie, din contră, devin supus, indecis, mă simt neputincios şi trăiesc o decepţie după alta. Viaţa este pentru mine "nedreaptă". Îmi este greu să iau decizii. Poate am o dificultate de a judeca ce este bun pentru mine şi ce nu este bun şi ar trebui să elimin din viaţa mea. Mi se pare greu să trăiesc cu min eînsumi şi cu ceilalţi. Nu pot să fac tot timpul diferenţa dintre adevăr şi iluzie şi acest lucru mă face să trăiesc stări de dezamăgire şi frustrare. Dacă rinichii mei se opresc din filtrarea sângelui este ca şi cum, corpul meu ar vrea să păstreze cât mai mult acel lichid, pentru a nu-l pierde sau anu avea destul. Prin urmare, trebuie să mă întreb în ce situaţie am trăit o frică asociată cu un lichhid (de exemplu, dacă mi-a fost teamă că mă voi îneca, în acest caz, lichidul este apa).

Sau, poate fi vorba despre faptul de a fi înghiţit un lichid toxic. Poate fi vorba, de asemenea, de o situaţie care implică bani (vorbim de "**bani lichizi**") sau am trăit o situaţie în care a trebuit să îmi "**lichidez datoriile**" sau acest lucru i s-a întâmplat unei persoane pe care am judecat-o, toate aceste situaţii îmi pot afecta **rinichii. Tuburile colectoare ale rinichilor** pot fi afectate atunci când am impresia că trebuie să lupt pentru existenţa mea. Mă simt deprimat, abătut în urma unui eveniment marcant din viaţa mea. Mă simt **copleşit** de toate relele din lume. **Problemele la rinichi** apar des în urma unui accident sau a unei situaţii traumatizante în care mi-a fost teamă că voi muri.

Când frica este legată de un conflict existenţial, este posibil să apară **un cancer.** Am impresia că mă aflu într-un neant, că nu am nimic în faţa mea. Am impresia că am pierdut totul, că întreaga mea lume se prăbuşeşte. Mă simt disperat, deoarece mă confrunt cu faptul de a nu mai avea nimic. Nu mai sunt fericit în familia mea, vitalitatea mea profundă este distrusă. Îmi este teamă că sunt incapabil să înfrunt viaţa şi mă rup de propiile mele sentimente. **Rinichii** simbolizează, de asemenea, colaborarea, echipa (deoarece sunt doi şi trebuie să lucreze strâns împreună). Este cazul să mă întreb cum este relaţia mea actuală cu partenerul meu. Îl fac responsabil de toate nefericirile mele ? am tendinţa de "a-mi vărsa deşeurile" asupra celorlalţi şi de a-i otrăvi cu "problemele" mele ? Sau, din contră, mă agăţ de trecut şi acest lucru îmi provoacă un dezechilibru ?

Critic foarte uşor şi mă plâng tot timpul, deoarece am impresia că viaţa mea este plină de eşecuri. În acest caz, **rinichii** mei vor avea o dificultate de funcţionare şi este posibil să am chiar şi o **insuficienţă renală.** Voi fi nevoit, fără să am de ales, să am de-a face cu o maşină, generatorul de hemodializă, care mă va ajuta să îmi purific sângele.

Accept↓♥ să fiu responsabil de mine însumi, să învăț să-mi descopăr adevăratele mele nevoi. Îmi asum responsabilitatea pentru viața mea și nu îi mai învinuiesc pe ceilalți. Sunt capabil să îmi asum alegerile pe care le fac. Disecernământul meu este sigur și precis. Colaborez în totalitate, 100%, cu viața și atunci voi avea **rinichi** puternici. Îmi las emoțiile să curgă, asemene unui **fluviu**, știind că acestea fac parte integrantă din viața mea.

999. RINICHI — ANURIE *Vezi și:* RINICHI [PROBLEME RENALE]

Anuria este cauzată de oprirea producerii de urină de către rinichi sau de un obstacol plasat pe traiectoria de scurgere a unrinei, între rinichi și vezică. În cazul în care sufăr de **anurie**, este posibil să mă simt "gol" și fără protecție în fața vieții. Riscul de a-mi fi frică crește mai mult decât de obicei (rinichii sunt sediul fricii) și am tendința de a mă agăța de vechile mele credințe. În plus, urina reprezintă vechile mele emoții, care trebuie eliminate din corp. Dacă mă agăț de vechile mele credințe, frici, îndoieli sau manii (care sunt foarte puternice pe plan metafizic) manifest o **anurie**, adică oprirea secreției urinare (sau cum se spune, în limbaj comun: rinichii sunt blocați). Angoasa pe care o trăiesc poate fi atât de mare încât am senzația că trebuie "să mă rețin" de teamă că voi da drumul emoțiilor mele, suferinței, reprezentate prin lichidul care circulă. Intensitatea acestei opriri (dacă oprirea este totală, acest lucru înseamnă moarte) poate oferi informații importaente despre vechile modele mentale la care trebuie să renunț pentru a fi deschis în fața noilor idei. Mă închid în mine însumi și **inima♥** mea este plină de supărare. Sunt dependent de ceilalți și încă mai cred că ei mă pot face fericit. Poat ajunge să mă deconectez total de emoții. Le împiedic să se manifeste, pentru a nu le mai simții. Acest lucru indică prezența unui stres uriaș, în corpul meu fizic. La nivel afectiv, sunt ca un deșert. Viața mea a devenit fadă, lipsită de aventuri și de motivație. Nu mai am nico curiozitate.

Accept↓♥ să îmi las emoțiile să circule în interiorul meu, oricare ar fi acestea, deoarece fac parte din esența mea divină. După aceea, fac curățenie și mă eliberez de orice emoție, relație sau lucru care nu îmi este benefic și le înlocuiesc prin lucruri noi, pozitive.

Am încredere în viață, care se ocupă să îmi procure toate lucrurile de care am nevoie. Îmi ascult intuiția care îmi dictează în ce direcție să aleg.

1000. RINICHI— NEFRITĂ *Vezi și: FURIE, INFLAMAȚIE, FRICĂ*

Termenul de **nefrită** definește, la modul general, ansamblul bolilor de **rinichi**. În același timp, termenul se folosește pentru a desemna o inflamație a **rinichilor** (cunoscută în prezent, sub numele de **nefropatie**). Această afecțiune corespunde, pe plan metafizic, unei spaime și unei angoase puternice față de viață și de moarte. Este vorba despre frustrări, sentimente de eșec sau de decepție, care nu au fost canașizate, ci refulate în interiorul meu. Am o reacție exagerată și sunt surescitat cu privire la ceva ce mă contrariază și față ed care mă simt neputincios, fără să știu ce lecție de viață pot trage din acea situație. Îmi produc violență deoarece îmi port pică pentru că nu sunt capabil să mă afirm și să spun nu, atunci cân vreau. Mă intoxic cu lucrurile pe care le înghit. Secretele bine ascunse îmi obligă **rinichii** să lucreze mai mult.

Accept↓♥ să am încredere în viață. Îmi exprim mai mult încrederea în mine însumi. Trăiesc în pace.

1001. RINICHI — PIETRE LA RINICHI *Vezi:CALCULI RENALI*

1002. RINICHI (durere în zona...) (lumbago) *Vezi: SPATE / [DURERI DE...] / ZONA INFERIOARĂ*

1003. RINITA *Vezi: RĂCEALĂ [...CREIER]*

1004. RINOFARINGITĂ *Vezi: GÂT — FARINGITĂ*

1005. RITM CARDIAC (tulburări de...) *Vezi: INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ*

1006. ROȘEAȚĂ *Vezi: PIELE [AFECȚIUNI ALE...]*

1007. ROTULĂ

Rotula este osul de formă triunghiulară, care permite mișcările de flexare-extensie ale articulației genunchiului. Dacă simt o **durere** în acest loc sau am **rotula deformată**, este posibil să trăiesc o stare de furie, de decepție sau de iritare față de visele mele, care par a fi irealizabile. "Flexez genunchii" atunci când mă simt învins. Există o situație care pare să stagneze, blocată în prezent, iar eu aștept să se amelioreze chiar dacă nu cred că se va întâmpla acest lucru. Sau refuz să cedez în fața autorității, nefiind pregătit să îngenunchez. Mă simt dominat de familia mea. Simt că am coborât într-o prăpastie și nu știu cum să ies de acolo. Autonomia mea este limitată.

Accept↓♥ faptul că a sosit momentul să îmi acord timp pentru mine însumi, să mă ridic și să iau inițiativa pentru ca visele mele cele mai dragi, să se împlinească. Dacă voi crede în ele, vor începe să capete formă.

1008. RUBEOLĂ *Vezi: BOLILE COPILĂRIEI*

1009. RUJEOLĂ *Vezi: BOLILE COPILĂRIEI*

S

1010. SARCOIDOZA

Sarcoidoza, denumită **şi boala Besnier-Boeck-Schaumann**[70] este o boală rară, care afectează mai ale pielea şi ganglionii limfatici. Dacă sunt afectat de această boală, înseamnă că trăiesc o perioadă de schimbări, îmi este greu să mă adaptez şi mă descurajez, deoarece consider că adaptarea nu se produce destul de repede. Mă întreb până unde pot ajunge în afirmarea de sine şi cât trebuie să lupt pentru credinţele mele. Ajung astfel să mă depreciez. Trăiesc perioade de supunere şi/sau de agresivitate, care se reflectă în acţiunile mele. Vreau să nu pierd nimic.

Accept↓♥ să fac loc lucrurilor noi şi de aceea, trebuie să îndrăznesc să renunţ la ceea ce nu este bun pentru mine. Poate fi vorba de ceva pe plan material sau legat de modul meu de gândire, care uneori poate fi foarte închis şi critic. Învăţ să fac alegerile în funcţie de locul în care mă aflu, **aici şi acum.** Îmi asum pe deplin alegerile şi ştiu că sunt creatorul fericirii mele.

1011. SARCOMUL LUI EWING *Vezi: OASE [CANCER DE...] — SARCOMUL LUI EWING*

1012. SACRU (OS) *Vezi: SPATE — PARTEA INFERIOARĂ*

1013. SADISM *Vezi: SADOMASOCHISM*

1014. SADOMASOCHISM

Sadomasochismul implică o relaţie în care unul dintre parteneri îşi exprimă **dominarea (sadismul)**, iar celălalt îşi exprimă **supunerea (masochismul).** Dacă sunt **masochist**, îmi găsesc plăcerea sexuală în suferinţa (fizică sau morală) pe care o suport în mod voluntar, ceea ce îmi dă impresia că am o putere sau un control asupra celuilalt. În sinea mea, mă simt chiar gol, neputincios în a-mi crea viaţa şi a avea relaţii satisfăcătoare cu ceilalţi, pe toate planurile. Acelaşi sentiment de neputinţă există şi dacă sunt o persoană **sadică**, dar se exprimă în alt mod. Mi-am dezvoltat o parte dură pentru a mă proteja de ceilalţi. Încă de când eram copil am fost nevoit să mă apăr de anumite persoane care aveau o putere asupra mea. A trebuit să îmi refulez emoţiile şi durerea. Când am crescut, am vrut să îi pedepsesc pe ceilalţi pentru ce s-a întâmplat în trecut. Prin practicarea **sadomasochismului** reuşesc să găsesc un anumit echilibru în relaţiile mele. Totuşi, dacă simt nevoia de a practica această formă de relaţie, vreau să mă eliberez de o suferinţă, de un anumit stres interior şi uneori, chiar de un implus de a mă sinucide. Reuşesc acest lucru prin faptul că îmi exercit puterea de a controla sau prin supunere. Mă eliberez astfel de angoasele mele. O parte din

mine a rămas încă în perioada adolescenţei: mă revolt şi vreau să le arăt celorlalţi că mă aflu sub control. Există, de asemenea, un aspect de plăcere în durerea fizică. Oare asta este ceea ce îmi doresc în viaţă ? Aceste practici pot apărea în viaţa mea în momentele în care mă aştept cel mai puţin. De exemplu, în anumite condiţii de stres puternic, aş putea crede că soluţia constă în a controla sau a mă supune. Trebuie să fiu atent la faptul că **devin la fel ca obiectul atenţiei mele.** Iar acest comportament, care poate părea negativ, poate amplifica atitudinile negative care există în mine.

Accept ↓♥ să dezvolt, în subconştientul meu, următorul program: sunt liber atunci când controlez şi mă simt mai bine după aceea sau mă simt liber când mă supun "de bunăvoie" şi mă simt mai bine după aceea. Îmi accept↓♥ dorinţa de a mă elibera de fricile mele şi de limitările mele, de a-mi dezvolta mai mult modestia decât supunerea, de a fi îndrumat, mai degrabă decât să fiu controlat. Astfel voi putea să caut o formă de satisfacţie mai adecvată pentru împlinirea mea personală.

1015. SALIVĂ (în general) *Vezi şi: GLANDE SALIVARE, OREION*

Saliva are puterea de a elimina dezvoltarea microbilor. Ea ajută, de asemenea, prin capacitatea ei de umectare, la trecerea sunetelor la nivelul gâtului şi la o înghiţire mai uşoară a alimentelor. Are un rol important în prima etapă a digestiei, transformând amidonul. Prea multă salivă sau prea puţină, o fac ineficientă, inutilă. Dacă sufăr de depresie, am tendinţa să mănânc repede, să înghit alimentele întregi, ceea ce îmi provoacă o lipsă de saliva şi senzaţia de sufocare. Am impresia că am "apă în gură" sau că "îmi curg balele de poftă" pentru ceva sau cineva, fără însă să îmi satisfac dorinţele.

Accept↓♥ să am încredere în deciziile mele, să decid să las bucuria să intre în viaţa mea, în locul regretelor, să merg înainte plin de încredere. Acţionând pentru a obţine ceea ce vreau, saliva mea va funcţiona cu deplină putere.

1016. SALIVĂ — HIPER ŞI HIPOSALIVŢIE *Vezi şi: GURĂ*

Hiposalivaţia este o lipsă de salivă. Saliva este umoarea apoasă şi puţin vâscoasă care umezeşte gura şi alimentale. Glandele salivare secretă saliva care ajută la digestie. Pot să respir mai mult pe gură decât pe nas, lucru care va antrena o uscare a gurii şi a căilor respiratorii. Deoarece gura reprezintă deschiderea mea spre viaţă, mă pot întreba în ce aspect din viaţa mea, dorinţele şi poftele mele sunt acum "uscate" şi de ce nu se manifestă aşa cum aş vrea eu. Este posibil să cred că evenimentele din viaţa mea nu mă hrănesc destul şi că îmi pierd interesul pentru viaţă. În cazul hipersalivării semnificaţia poate fi aflată întrebându-mă dacă mi se întâmplă des să "am apă în gură", adică să am o mulţime de fantasme, de dorinţe, de proiecte, care însă întârzie să se împlinească. Am nevoie de afecţiune. Vreau să fac sau să spun tot felul de lucruri, dar mă simt limitat îm gesturile mele. Sunt în alertă, deoarece nu am încredere în mine. Marea mea nevoie de iubire, chiar şi inconştientă, se poate exterioriza printr-o hipersalivare în timpul nopţii. Oricare ar fi situaţia, mă simt sub tensiune şi nu sunt mulţumit de relaţia mea cu viaţa şi cu tot ceea ce este legat de ea. Am nevoie de experienţe noi pentru a "mă linişti".

---

[70] **Besnier** (Ernest Henri): dermatolog francez (1831-1909), **Boeck** (Cæsar Peter Moller): dermatolog suedez (1845-1917), **Schaumann** (Jörgen Nilsen): dermatolog suedez (1879-1953)

Accept↓♥ să conştientizez darurile vieţii şi libertatea pe care o am. Las la o parte ce cred celorlalţi şi trăiesc într-un mod spontan. Mă bucur de momentul prezent. Mă bucur de viaţă, mă răsfăţ şi gust fiecare moment de fericire. Mă împac cu toate dorinţele mele interioare şi acţionez pentru a le împlini.

1017. SALMONELOZĂ SAU FEBRA TIFOIDĂ *Vezi şi: OTRĂVIRE [... PRIN MÂNCARE], INDIGESTIE, INFECŢII [ÎN GENERAL], INTESTINE — DIAREE, GREŢURI*

Salmoneloza este o boală infecţioasă cauzată de o bacterie (salmonela), care provoacă tulburări digestive. Contaminarea se face de obicei, prin apa murdară sau prin mâncare.

Formele cele mai severe sunt **febra tifoidă** şi **paratifoida**. Simptomele sunt diverse: vărsături, diaree, sindrom infecţios şi toxic. În acest caz, mă întreb ce anume mă determină să trăiesc atât de multă iritabilitate. Chiar dacă pentru mine era uşor să cred că nu sunt responsabil de ceea ce mi se întâmplă, deoarece mâncarea era infectată (cauza exterioară a bolii), trebuie să îmi reamintesc faptul că, nu există hazard şi că elementele exterioare există doar pentru a mă ajuta să declanşez starea de rău pe care o trăiesc în prezent, în viaţa mea, cu privire la o situaţie "pe care nu o diger şi care mă enervează". Am o atitudine defensivă şi sunt extrem de tensionat. Mă simt prizonier, sunt neputincios să acţionez într-o situaţie. Situaţia respectivă, care de obicei implică familia mea, mă afectează profund şi pentru că, nu mă pot exprima, boala va scoate la suprafaţă ceea ce nu îmi mai convine. Sunt foarte iritat. Îmi caut adevăratele origini, vreau să mă întorc la originile sau la credinţele mele, dar ceva mă împiedică. Mă revolt împotriva numelui pe care îl port, pentru că, am impresia că mă împiedică să fac anumite lucruri. Trebuie să fiu la înălţime şi să rămân în cadrul a ceea ce "este acceptabil". Mă las înghiţit de societate şi de regulile ei. Trebuie să exprim ceea ce trăiesc, emoţiile care ocupă tot mai mult loc şi care mă infectează, deoarece nu mai văd nicio soluţie. Am o povară grea pe umeri ! Viaţa mea este o furtună de emoţii.

Accept↓♥ să restabilesc armonia în situaţia respectivă şi astfel, sănătatea mea va fi mult mai bună. Mă voi îmbogăţi cu o experienţă care mă ajută să îmi dezvolt înţelepciunea. Valorizându-mă şi acceptându-mă↓♥ aşa cum sunt, mă simt în siguranţă şi strălucesc de pace şi de bunăstare.

1018. SALPINGITA *Vezi şi: CRONICĂ [BOALĂ...], FEMININE [AFECŢIUNI...], INFECŢII [ÎN GENERAL]*

Salpingita este o infecţie acută sau cronică a **trompelor uterine** (sau ale lui **Fallope**). **Trompele** simbolizează întâlnirea cu partenerul meu şi comunicarea cu acesta. De multe ori, boala are legătură cu neputinţa pe care o simt faţă de un partener sexual.

Îmi este teamă că partenerul meu ***mă înşeală***? Am impresia că o persoană apropiată, precum partenerul meu, tatăl meu, unul dintre fraţii mei, un prieten etc. ***m-a înşelat*** sau ***m-a trădat*** prin atitudinile sale, prin gesturile sale, ceea ce îmi stârneşte o furie puternică. Oricare ar fi situaţia, de obicei, este implicat un aspect al sexualităţii, pe care o consider degradantă. Deoarece **trompele** sunt locul de întâlnire între spermatozoizi şi ovule, este posibil să am dificultăţi în unele relaţii din viaţa mea de zi cu zi. Am impresia că fundaţia relaţiei mele de cuplu este foarte firavă. Oare vom putea avea copii cândva ? Sau vom putea păstra familia unită ?

Accept↓♥ să aduc **iubire** în situaţia în cauză, pentru a vedea adevărul în experienţa pe care mi-o oferă viaţa. Astfel, voi fi mai fericită, cu o mai mare bucurie de a trăi şi cu mai multă seninătate.

1019. SARCINĂ (afecţiuni în...) *Vezi şi: NAŞTERE, GREŢURI, SÂNGE — DIABET*

Chiar dacă, de obicei, **sarcina** este o experienţă fericită, poate fi şi înspăimântătoare prin grijile ascunse, prin îndoielile, fricie şi neliniştile sale, mai ales la prima sarcină. Aceste sentimente ascunse vor găsi o cale de a ieşi şi, în calitate de viitoare mama, nu sunt în stare să le exprim verbal. Uneori, am impresia că provocările sunt atât de mari faţă de ceea ce sunt eu capabilă să duc, încât pot, la nivel inconştient, să resping copilul.

Cred că am renunţat la tinereţea mea şi chiar la libertatea mea. Văd toate responsabilităţile pe care trebuie să mi le asum. Acestea sunt câteva afecţiuni care pot apărea în timpul sarcinii: **arsuri la stomac**, care indică dificultatea de a înghiţi realitatea, **constipaţia**, care scoate în evidenţă frica mea de a mă relaxa, tendinţa mea de păstra lucrurile aşa cum sunt acum, ştiind că venirea unui copil va aduce schimbări majore în viaţa mea. Un **nerv sciatic dureros** indică frica mea de a merge înainte, în noua direcţie pe care mi-a adus-o viaţa. Un **diabet gestaţional** este consecinţa tristeţii pe care o trăiesc în această perioadă. Este posibil să trăiesc o nemulţumire, să îmi fie teamă că voi trăi o respingere când îmi voi vedea corpul modificat şi nu mai vreau să mă îngraş. **Greţurile** indică faptul că transformările corpului meu îmi dau "palpitaţii". Resping imaginea mea de acum. Sunt anxioasă faţă de naştere şi de capacitatea mea de a fi mamă.

Învăţ să am încredere în mine şi accept↓♥ să am toate instrumentele necesare pentru a trăi această experienţă minunată, cu bucurie şi în armonie. Accept↓♥ să îmi iau un angajament faţă de acest copil care se va naşte. Accept↓♥ schimbările care vor avea loc în mine şi care mă vor transforma într-o nouă persoană.

1020. SARCINA (... prelungită)

Când o **sarcină** se prelungeşte dincolo de termenul obişnuit, este posibil ca eu, ca mamă, să îmi doresc, inconştient să continui să port acel copil cât mai mult posibil, deoarece apreciez această stare, în care îmi văd copilul în siguranţă şi în care legătura dintre mamă şi copil este foarte puternică. Vreau să îl păstrez "la adăpost de problemele" vieţii de fiecare zi. Sau poate îmi este frică de noile mele responsabilităţi, care vor apărea împreună cu copilul. Oare voi fi la înălţimea situaţiei ? se va schimba ceva în viaţa mea de cuplu ? Voi fi o mamă bună ?

Neliniștile mele față de naștere mă pot face să amân venirea copilului pe lume. Este posibil, totodată, ca copilul să se simtă atât de bine în acel mediu securizant încât să vrea să rămână cât mai mult posibil. Pot intra în contact cu aspectul său divin, să îl liniștesc, să îl asigur că voi face tot posibilul pentru a mă ocupa de el, că voi continua să îl iubesc și că, de abia aștept să îl țin în brațe. Trebuie să mă detașez de copilul meu și să mă conving că are toate instrumentele necesare pentru a înfrunta obstacolele întâlnite.

Are nevoie doar de iubirea♥ și de afecțiunea mea.

1021. SARCINĂ — ECLAMPSIE *Vezi și: CREIER — EPILEPSIE, TENSIUNE ARTERIALĂ—HIPERTENSIUNE*

Eclampsia poate apărea la sfârșitul **sarcinii**, fiind o afecțiune gravă, caracterizată prin convulsii secundare asociate cu o creștere gravă a tensiunii arteriale și cu edem cerebral. Apare, de obicei în timpul primei **sarcini**. Seamănă cu o criză de epilepsie, se caracterizează prin pierderea cunoștinței, înțepenirea membrelor și convulsii. Este ca și cum ai fi lovit de fulger. **Eclampsia** indică faptul că sunt o femeie care, din nesiguranță sau culpabilitate, va respinge **sarcina** sau tot ceea ce poate reprezenta venirea copilului. Sau este posibil să am o ranchiună față de partenerul meu, pe care îl fac responsabil și vinovat de **sarcina** mea. În alte cazuri, eu, ca mamă, pot avea o dificultate în a accepta↓♥ venirea pe lume a copilului meu, mă resping, mă simt incapabilă să îmi asum noile responsabilități. Mă simt într-o închisoare și vreau să mă eliberez. Îmi este frică de moarte: a mea sau a bebelușului. Mă simt neputincioasă și prefer să mă ascund în spatele altcuiva, în loc să merg mai departe. Dilema în acest caz este că nu pot avvea încredere în nimeni pentru a aduce copilul pe lume: doar eu pot să fac acest lucru. Trebuie să fac față tuturor emoțiilor care se izbesc în mine și nu prea știu cum să reacționez. Sunt sensibilă la comentarii și la critici. Dacă am nevoie de multă atenție, oare acest copil îmi va lua tot ceea ce primesc de la ceilalți? Va deveni centrul atenției iar eu, voi fi ca o fantomă? Mă simt foarte vulnerabilă și îmi doresc acest copil, dar în același timp, vreau să îmi păstrez spațiul vital.

Învăț să aștept venirea copilului cu o atitudine pozitivă, știind că am tot ceea ce este necesar pentru a-l ajuta în evoluția lui. Îmi acord timp pentru a vizualiza felul în care vor evolua sarcina și nașterea și sunt convinsă că așa va fi. Astfel îmi pot creea viața și pot construi o bază solidă pentru copilul meu. Sunt destul de puternică și primesc tot ajutorul de care am nevoie.

1022. SARCINA ECTOPICĂ SAU EXTRAUTERINĂ

O **sarcină ectopică** se dezvoltă în afara uterului. În acest caz este posibil, ca mamă, să trăiesc o angoasă față de naștere și să am o reținere în a naște. Îmi doresc această sarcină și, în același timp îmi este frică. Poate am impresia că, cuibul pe care îl ofer copilului este prea mic și mă voi afla într-o situație dificilă. Sau poate îmi este teamă că partenerul meu mă înșeală sau m-a înșelat în trecut. Sau poate eu voi înșela pe cineva?

Accept↓♥ să las să evolueze procesul natural al vieții și să las energia să circule liber în interiorul meu pentru ca elementele vieții să ocupe locul rezervat conform planului divin.

1023. SARCINA *Vezi: NAȘTERE — AVORT*

1024. SARCINA FALSĂ

Este posibil să experimentez fizic aceleași simptome pe care le are o femeie însărcinată, chiar dacă eu nu sunt, stare care se numește **sarcină falsă**. O **sarcină falsă** indică o incertitudine, o nesiguranță față de responsabilitățile și dorințele mele. Pot să îmi doresc să am un copil. Dar mă întreb dacă voi fi la înălțime. Oare sunt capabilă să îndeplinesc toate nevoile și dorințele copilului? Poate că nu... Dacă o **sarcină nervoasă** apare în cazul în care sunt o femeie celibatară este important să verific dacă am dificultăți pe plan sexual. Poate vreau să am un copil, dar nu vreau să am o relație afectivă cu cineva. Poate îmi este frică de toate responsabilitățile pe care le implică faptul de a avea un partener, deși îmi doresc unul. Am tendința de a-mi crea iluzii și a mă amăgi. Corpul meu reacționează la imaginația mea. Îmi place să joc un rol, să trec drept altcineva. Mă las invadată de ceilalți. Chiar dacă **sarcina falsă** afectează femeile, poate, foarte rar să apară și la bărbați. În acest caz mă întreb cum se poate produce așa ceva. Este important să îmi amintesc, fie că sunt femeie, fie că sunt bărbat, faptul că există două părți în mine, Yin (partea feminină) și Yang (partea masculină). Chiar dacă sunt bărbat, îmi pot dezvolta instinctul matern și anumite frici asociate de acesta și astfel să dezvolt simptomele unei **sarcini false**, prin empatie sau prin simbioză energetică.

Verific care sunt neliniștile pe care le trăiește în prezent, copilul meu interior. Voi putea să îl liniștesc, să îi ofer **iubirea** mea și atenția de care are nevoie pentru ca totul să revină la normal.

Accept↓♥ să mă nasc în mine însumi. Las să se nască dorințele mele, tot ceea ce am în adâncul meu și vrea să iasă la lumină. Astfel îmi ocup tot mai mult locul care mi se cuvine în Univers.

1025. SÂNGE (în general)

Pentru a funcționa bine o mașină are nevoie de un combustibil bun. Combustibilul corpului este **sângele**, care, pentru a fi eficient, trebuie să circule liber în tot corpul. Dacă combustibilul conține impurități poate afecta grav **motorul**, care în acest caz este **inima♥**. **Sângele simbolizează bucuria de a trăi, setea de viață** și impuritățile pe care le conține pot provoca afecțiuni în întreg corpul. În funcție de alimentația mea, stomacul produce o energie care îmi fortifică sângele sau îl face anemic, la fel ca în cazul unei mașini, care are nevoie de un combustibil bun. **Sângele** reprezintă energia care circulă în mine. Este centrul inimii♥ mele. **Globulele roșii (hematiile)** transportă oxigenul de la plămâni până la celule. Acestea poartă viața, acțiunea. **Globulele albe (leucocitele)** apără organismul de intruși și reprezintă, de asemenea personalitatea mea, ceea ce sunt. Circulația sanguină simbolizează dorința de a evolua a ființei umane. O circulație proastă indică faptul că **iubirea** mea este blocată, nu reușesc să îmi exprim sentimentele, sunt în conflict cu noțiunea de **iubire.** Bebelușul aflat în pântecele mamei lui este legat de aceasta prin sistemul sanguin, sângele conține întreg bagajul meu genetic și ereditar. Prin urmare, dacă am dificultăți legate de **sânge**, mă pot întreba dacă trăiesc un conflict cu un membru al ***familiei*** mele, din **linia mea de sânge,** din **clanul** meu: este posibil să mă simt ca un ***străin***. Poate nu mă implic destul de mult, la nivel afectiv, în familia mea.

Mesajul pe care mi-l transmite corpul este acesta: să las **sângele să curgă** în venele mele, să las **iubirea** să ajungă până la **inima♥** mea, să accept↓♥ să dau și să primesc bucuria de a trăi. Fac loc ideilor noi, deoarece sunt o persoană ***excepțională !***

1026. SÂNGE (afecțiuni ale...) Vezi și: SÂNGE / ANEMIE / LEUCEMIE

O proastă circulație a **sângelui** indică lipsa bucuriei de a trăi în viața mea. Mă simt amorțit, ideile mele sunt încâlcite. Am impresia că trebuie să mă bat pentru viața mea. **Sângele** meu este afectat atunci când trăiesc mai mult la nivelul gândurilor decât la cel emoțional. Mi-am pierdut bucuria de a trăi. O boală care afectează **sângele** este semnul unei răni profunde, care nu a fost nici acceptată↓♥, nici iertată.

Am impresia că trăiesc o viață ***clandestină,*** nu simt că fac parte cu adevărat dintr-un grup, din familia mea. Sufăr pentru că nu am locul meu în clanul familial. Totul ***se amestecă*** în mintea mea și nu mai știu încotro mă îndrept. Deoarece nu mă respect, sunt tot timpul fără energie. Îmi trăiesc relațiile într-un mod superficial, iar banii, puterea, sexul, aparențele sunt pe primul plan. Am impresia că am tot timpul nevoie de ***consimțământul*** celorlalți pentru a fi în rândul lumii. Mă stresez, mă agit tot timpul, chiar și pentru lucruri mărunte. Ceea ce vreau cu adevărat este să trăiesc la nivelul **inimii♥** și al sensibilității mele. Dacă **scuip sânge**, este un semn că sensibilitatea mea nu mai rezistă, că am un prea-plin de amintiri dureroase din trecut, care mă urmăresc și de care este absolut necesar să mă debarasez. Este ca și cum corpul meu ar avea nevoie de o curățare completă. Am nevoie de mișcare, de schimbare, de noutate.

Pentru a-mi regăsi bucuria, accept↓♥ ideile noi, recunosc frumusețile din jurul meu, sunt zâmbitor în fața vieții. **Conștientizez** faptul că trăiesc, cât de mult îmi doresc să trăiesc. Doar de mine depinde acest lucru. Reintru în contact cu tandrețea și cu **iubirea** din interiorul meu.

1027. SÂNGE — ANEMIE Vezi și: SÂNGE / CIRCULAȚIA SANGUINĂ / LEUCEMIE

Anemia reprezintă diminuarea nivelului de hemoglobină[71] din **sânge. Anemia feripivă** (datorată lipsei de fier) este forma cea mai frecventă. **Sângele** reprezintă **bucuria de a trăi, iubirea** și **emoțiile.** Starea de **anemie** are legătură cu o lipsă de bucurie, de forță și de profunzime a **iubirii** pe care o simt pentru mine și pentru ceilalți sau cu neîncrederea în capacitatea mea de a iubi cu adevărat, cu forță și cu determinare, cu o **descurajare și un refuz al vieții** sau cu impresia de a fi lipsit de valoare și de a se opune iubirii, de unde provine devalorizarea propriei mele persoane. Mă devalorizez în aspectele care mă fac să trăiesc, mă poartă prin viață, mai ales speranța și aspirațiile mele. Îmi trăiesc viața după formula "da, dar...", adică cu puțin interes și mă simt limitat peste tot. Astfel, cred că nu îmi pot realiza aspirațiile cele mai profunde. Am impresia că ***mă prăbușesc***, că viața mea sau că familia mea ***se destramă.*** Lucrurile care mă fac să trăiesc nu mai valorează prea mult pentru mine. Trebuie să fiu sprijinit de ceilalți, pentru că am impresia că nu sunt suficient de puternic pentru a-mi realiza dorințele cele mai profunde. Este posibil să trăiesc disperare și resemnare. Mă simt nefericit, slab și ***vinovat*** și nu mai am deloc energie. Este ca și cum cineva mi-ar "suge" sângele, simt că sunt făcut bucățele... Mă sufoc în mediul meu sau în familia mea, de care mă simt îndepărtat. De ce este nevoie să ajung până la epuizare pentru a fi recunoscut de oamenii pe care îi iubesc? Sau pot manifesta multă rigiditate față de evenimentele din viața mea. Îi pot purta pică cuiva sau chiar să vreau să îl omor, crezând că astfel îmi voi ușura povara. Toate aceste simptome sunt rezultatul unei mari slăbiciuni la nivel sanguin. În limba engleză pentru "fier" există cuvântul "iron" și se poate face un joc de cuvinte, schimbând "iron" cu I run" ("eu fug"). La fel, în limba franceză, putem înlocui "fer" (fier) cu "faire" (a face). Persoana anemică nu mai simte destulă bucurie și motivație pentru a îndeplini tot ceea ce are de **făcut** și nu mai poate alerga pentru a obține ceea ce vrea. Am impresia că nu pot face ceea ce trebuie pentru a regla o situație sau ceea ce fac nu este corect. Oare de ce refuz să folosesc energia **universului,** care este disponibilă pentru mine ? De ce îmi este teamă ? Ce mă determină să "îmi fac sânge rău ?" Am un sentiment profund că nu am fost iubit de familia mea și poate chiar aș vrea, inconștient sau nu, să suprim unul sau mai mulți membri ai acesteia. Trăiesc un conflict legat de **iubirea** pentru "clanul" meu. Nu am nicio motivație, deoarece nu știu, ce mă bucură cu adevărat. Nu sunt în contact cu interiorul meu. Viitorul este neclar, nesigur și periculos. Gândurile mele negative față de mine însumi îmi seacă energia. Este ca și cum nu aș putea integra realitatea fizică.

Accept ↓♥ să spun **da** acestei minunate energii, care poate să îmi alimenteze viața cu **iubire.** Aleg cu grijă alimentele care mă ajută să îmi hrănesc corpul și sistemul sanguin, să îmi refac forțele. Începând de acum, privesc, obsev și descopăr bucuria din jurul meu. Este peste tot: în familia mea, la serviciu, în relațiile cu prietenii mei. Ființele de lumină sunt, de asemenea, alături de mine, pentru a mă ajuta să cresc. Accept↓♥ să îmi trăiesc viața, în loc să o trăiesc pe a celorlalți. Îmi recunosc dorințele profunde.

1028. SÂNGE — ARTERE

Arterele sunt "vasele care conduc **sângele** oxigenat de la **inimă♥** la celelalte organe.

---

[71] **Hemoglobina:** proteina conținută în globulele roșii, cărora le dă culoarea roșie și care asigură transportul oxigenului în sânge.

Arterele, la fel ca şi celelalte vase de sânge (vene, capilare etc.) simbolizează mijloacele de manifestare a calităţilor divine ale **iubirii**. Se întind în tot corpul şi comunică cu fiecare parte a acestuia. **Arterele** sunt conectate, de asemenea la tot ceea ce înseamnă "viaţă".

Ele fac să circule **bucuria de a trăi** şi ele ne ajută să **comunicăm, să ne exprimăm emoțiile**, să păstrăm contactul cu **universul**. Arterele exprimă cât de intens mă implic în viaţă. Dacă tensiunea nervoasă creşte foarte mult, aceasta duce la un echilibru emoţional, care poate rezulta dintr-un conflict interior între "lumea mea fizică" şi "lumea mea spirituală". Mă aflu într-o situaţie în care nu pot acţiona: de exemplu, vreau să plec de acasă, dar există ceva ce mă împiedică să fac acest lucru. **Congestia** indică faptul că sunt prea implicat într-un aspect din viaţa mea sau într-o emoţie, care poate fi nefastă pentru mine, precum furia, gelozia etc. Atunci când am o dificultate sau nu îmi mai exprim emoţiile, mă **închid** (mă blochez) şi pot fi afectat de diverse afecţiuni de **inimă♥**, precum arteroscleroza, tromboza, angina pectorală etc. Bucuria de a trăi încetează să mai circule prin mine. Este posibil să mă devalorizez cu privire la sarcinile pe care le am de îndeplinit. Tot ceea ce vreau să realizez în viaţa mea, necesită prea mult efort şi prea multă energie. Este greu să îmi structurez bine munca sau să o clădesc pe o bază solidă. Toate acestea pot fi cauza unei **emolii arteriale a unui membru**. **Carotidele**[72] sunt afectate dacă am impresia că trebuie să îmi apăr mereu ideile sau dacă îmi este teamă că ceilalţi îmi fură ideile mele bune. Frustrarea şi furia mea faţă de viaţă pot crea o **arterită.**

Pentru ca energia să circule mai regulat şi să împiedice astfel apariţia unor **scleroze** (care simbolizează blocajele energetice), accept↓♥ să fiu mai deschis faţă de bucurie şi circulaţia acesteia, fiind deschis la nivelul inimii♥, acceptând↓♥ să îmi schimb atitudinea şi să las **iubirea** să circule în tot corpul.

1029. SÂNGE — CANGRENĂ Vezi și: AMPUTARE, INFECȚII

Cangrena ischemică este cauzată de oprirea fluxului sanguin într-una sau mai multe părţi ale corpului, ceea ce duce la moartea ţesutului respectiv. Fluxul de sânge are legătură cu exprimarea sau reţinerea **iubirii** mele faţă de Univers şi cu bucuria mea de a trăi. Astfel, dacă cangrena îmi afectează picioarele, acest lucru simbolizează că reţinerea sau lipsa iubirii din interiorul meu este atât de profundă, încât se opreşte complet din mişcarea sa. De obicei, în acest caz, frica de viitor şi nesiguranţa faţă de ceea ce mi se va întâmpla, sunt foarte puternice. Mă distrug şi mă intoxic cu culpabilitatea mea, de ruşine sau de supărare şi o parte din mine este pe cale să moară. Mă simt foarte murdar. Simt că regresez în loc să evoluez, dau înapoi, în loc să avansez. Mi-am pierdut puterea creatoare. Viaţa trece şi nu mai simt nicio bucurie. Pentru că mă distrug, vreau să li se întâmple acelaşi lucru şi celorlalţi şi am impresia că am o oarecare putere asupra loc şi vreau să îi simt neputincioşi, la fel ca mine. În cazul unei **cangrene uscate**, **sângele** nu mai irigă ţesutul afectat. În acest caz, este indicat să reiau contactul cu mine însumi şuu cu bucuria din mine, referitor la aspectul din viaţa mea care este afectat. În cazul **cangrenei umede**, care rezultă în urma unei infecţii, sunt nevoit să fac faţă unor gânduri otrăvitoare, unor gânduri legate de moarte. **Cangrena gazoasă** (foarte rară) este cauzată de o infecţie bacteriană, în urma unei răni, produsă de bacterii care se dezvoltă în medii lipsite de oxigen. Prin urmare, sub piele se formează gaze provenite din proliferarea germenilor infecţioşi. Nu am doar idei legate de moartea unei părţi din mine, ci simt şi o respingere la gândul că tocmai acea parte din mine, mă determină dă trăiesc o astfel de situaţie.

Accept↓♥ să reintegrez **sângele** şi **iubirea** în exprimarea a ceea ce sunt, în viaţa mea. Învăţ să mă accept ↓♥ aşa cum sunt şi să îmi redescopăr bucuria de a trăi. Devin stăpân pe viaţa mea.

1030. SÂNGE — CIRCULAȚIE SANGUINĂ *Vezi şi: INIMĂ♥, RAYNAUD [BOALA A LUI ...]*

Circulația sanguină este legată de inimă♥ şi de **sânge**, simbolul vieţii. Sângele circulă prin toate vasele din corp: artere, arteriole, vene, capilare. Aceste vase sunt necesare pentru a distribui **iubirea**, bucuria şi viaţa în întreg corpul. Inima♥ mea (sediul iubirii) acceptă↓♥ să transmită sângele (energia) în fiecare parte a fiinţei mele, indiferent de importanţa acesteia, fără discriminare. Sângele reprezintă vigoarea mea, plăcerea de a trăi şi ceea ce sunt acum, în acest univers. Toate problemele legate de circulaţie au legătură cu sângele şi cu fiinţa mea. Dacă trăiesc o situaţie dificilă pe plan emoţional sau mental, energia care îmi animă fiinţa, se pierde. Această slăbire a sângelui şi a circulaţiei sanguine simbolizează faptul că mă retrag, la nivel emoţional, dintr-o situaţie care mă afectează pe moment, deoarece nu am destulă "energie" pentru a merge înainte. Mă protejez de emoţiile care consumă prea multă energie, deoarece este dureros să le simt atât de puternic. Nu las să circule destulă **iubire** în viaţa mea. Mă autocritic foarte sever, sufăr şi trăiesc multă tristeţe interioară. Bucuria mea de a trăi şi bundispoziţie se diminuează, ideile mele devin confuze. Am o viaţă socială anostă, plictisitoare şi plată. Am nevoie să fac "să circule" multe proiecte, idei, senzaţii. Dacă nu, totul va "înţepeni" din cauza stresului meu, a suferinţei, a oboselii, a furiei mele. Acelaşi efect îl poate avea şi o stare de supraexcitabilitate sau o obsesie, care produc un dezechilibru în circulaţia sanguină. Lipsa bucuriei mă determină să îmi neglijez responsabilităţile. Am unele blocaje care mă obligă să evit anumite situaţii. Este un mod de a spune nu vieţii, de a-mi dori, inconştient, moartea. Există riscul de a ieşi la suprafaţă mai multe "modele" pe care le trăiesc (controlul, abandonul, indiferenţa faţă de viaţă, nevoia exagerată de atenţie, dorinţa de a muri...) Tulburările de circulaţie se manifestă mai întâi la mâini şi la picioare, la părţile externe şi active ale corpului, cele care mă îndrumă în univers. O circulaţie sanguină proastă care îmi afectează picioarele, are legătură cu direcţia mea emoţională, cu emoţiile pe care pot conta şi la care ţin. La nivelul mâinilor, reprezintă expresia emoţiilor mele şi o dorinţă de mă opri din ceea ce fac în prezent. Mâinile şi picioarele reci indică o retragere în sine, retragerea din participarea emoţională la universul meu interior. Nu mai vreau să fac parte din spectacol, voi sta la distanţă ! Un cheag de sânge simbolizează un secret bine păstrat, un eveniment în care am avut impresia că sunt trădat sau păcălit şi, în loc să las emoţiile să curgă, le-am lăsat să se întărească şi să formeze un cheag de sânge. Printre afecţiunile circulaţiei sanguine se numără: ateroscleroza, arterioscleroza, creşterea nivelului de colesterol, tromboza, embolia etc.

---

[72] **Carotide:** artere din zona gâtului şi a capului.

Accept↓♥ să mă privesc în faţă şi mai ales îmi observ atitudinea faţă de viaţă ! Viaţa nu este destul de frumoasă, pentru a profita din plin de ea ? Îmi deschid inima♥ spre iubire, am grijă de mine şi mă las îndrumat de viaţă. Întotdeauna se va întâmpla tot ce este mai bun pentru mine.

1031. SÂNGE COAGULAT(... în vene sau în artere), CHEAG *Vezi şi: SÂNGE - TROMBOZĂ*

Sângele reprezintă bucuria care circulă în corpul meu. Când sângele se coagulează, se formează un cheag, o masă semi-solidă. Acesta este necesar pentru a opri o hemoragie atunci când vasele de **sânge** se rup. Când coagularea este deficitară, este un semn că, rana emoţională, care se manifestă prin hemoragie, mi se pare imposibil de vindecat. Într-un fel, este ca şi cum m-aş lăsa să mor: neputinţa mea, lipsa mea de putere asupra vieţii mele, dă naştere disperării. Trăiesc tot timpul în trecut. Energiile mele profunde sunt în dezechilibru. Când se formează brusc un **cheag (tromboza),** de exemplu în urma unei circulaţii proaste, acest lucru poate provoca **o ocluzie**[73] sau o **embolie.** Este ca şi cum aş pune un dop, care ar bloca întreaga circulaţie a sângelui. Cheagul poate simboliza un secret foarte bine păstrat, o minciună sau o înşelăciune, care nu au fost niciodată exprimate.

Accept↓♥ să las să circule bucuria în mine şi mă pregătesc pentru o viaţă nouă. Îmi recunosc puterea şi locul pe care îl am în univers. Fiecare situaţie, fiecare dificultate din viaţa mea îmi aduce mai multă înţelepciune şi mai multă **iubire.** Am tot ce îmi trebuie pentru a-mi schimba viaţa: nu mai rămâne decât să mă hotărăsc !

1032. SÂNGE — COLESTEROL[74] *Vezi şi: SÂNGE / [ÎN GENERAL] / CIRCULAŢIA SÂNGELUI*

Colesterolul are legătură cu **sângele,** simbolul **bucuriei de a trăi.** Colesterolul provine din anumite alimente nevegetale. Organismul nostru îl transformă, în ficat. Este o componentă importantă pentru peretele celular. Dacă cantitatea de colesterol este prea mare, acesta se depune pe vasele de sânge şi reduce, treptat, diametrul acestora.

Oare de ce se întâmplă acest lucru ? Pentru că mi-am pierdut **bucuria de a trăi** ! În adâncul meu, cred că nu merit să fiu fericit, să fiu vesel şi **această bucurie circulă foarte greu !** "Îmi fac sânge rău" sau sânge bun (precum **colesterolul**).

---

[73] **Ocluzie:** obstrucţie totală sau parţială.

[74] **Colesterol:** există mai multe fracţiuni de colesterol, dintre care **LDL** (din denumirea în limba engleză **L**ow **D**ensity **L**ipoproteins (*lipoproteine cu densitate joasă*), aşa-numitul "colesterol rău" » şi **HDL** (în engleză **H**igh **D**ensity **L**ipoproteins (*lipoproteine cu densitate înaltă*), aşa-numitul colesterol "bun".

Este nevoie să redescopăr sensul vieţii mele. *Oare viaţa mea merge în sensul în care îmi doresc eu ?* Mă pot întreba, de asemenea, dacă îmi fac prea multe griji, mai ales cu privire la mama mea sau la familie. Este posibil să crească **colesterolul** după anumite evenimente, precum pensionarea, deoarece nu mai am bucuria de a trăi pe care îi aveam cu colegii de muncă sau cu oamenii pe care îi întâlneam la muncă. Această creştere se poate produce şi atunci când pleacă cineva drag, care îmi aducea bucurie în viaţă. În acest caz, în loc să dezvolt un diabet, care este simbolul unei tristeţi profunde, corpul meu interpretează evenimentul ca pe o pierdere a bucuriei de a trăi, ceea ce determină creşterea nivelului de **colesterol.** Acest lucru se poate întâmpla şi după pierderea unui animal de companie sau în orice situaţie care poate să îmi diminueze, conştient sau nu, bucuria de a trăi. Uneori trăiesc şi un sentiment de nesiguranţă. Trăiesc o situaţie într-un mod ***dramatic.*** De exemplu, în cazul în care vreau să **realizez un proiect,** să construiesc ceva, un lucru la care ţin mult, dar nu sunt ajutat de nimeni. **Nu pot conta decât pe mine însumi şi acest lucru mă afectează foarte mult.** Dacă las această stare să se agraveze, risc să am, într-o zi, un **atac cardiac.** Dacă nu rezolv situaţia care mă face să îmi pierd bucuia de a trăi, este afectat un aspect foarte important din viaţa mea – **iubirea.** Când bucuria mea se pierde, este ca şi cum aş simţi mai puţină **iubire** în mine, de aceea pierderea bucuriei îmi afectează **inima♥.** Un nivel crescut al colesterolului indică faptul că îmi este greu să mă implic cu adevărat în viaţa mea. Mă simt ca un actor care joacă o piesă de teatru: fac parte din spectacol, dar nu îmi însuşesc în totalitate emoţiile. Joc un rol pentru a le fi pe plac celorlalţi, când de fapt ar trebui să fac ceea ce îmi place mie. Am devenit foarte altruist, pentru a evita să fiu considerat egocentrist. Am impresia că, visele mele sunt irealizabile, inacceptabile. Îmi caut identitatea. Mă identific mai mult cu familia mea, pe care o văd cum se destramă, se distruge. Poate fi vorba despre familia mea biologică, dar şi despre un grup din care fac parte, sau despre colegii de muncă. Aş vrea ca familia mea să fie unită, să trăiască în armonie, dar mă simt incapabil să intervin. Majoritatea **colesterolului** animal (provenit din carne şi produse lactate) apare din cauza unei alimentaţii prea bogate, a occidentalilor. Alimentele cu conţinut bogat în colesterol, reprezintă o anumită satisfacere egoistă, a apetitului meu. Mă simt bine, fără să mă gândesc o clipă că, acest surplus îmi poate deteriora şi chiar distruge sănătatea ! Este o iluzie să cred că îi produc o plăcere corpului meu. Verific dacă mă iubesc într-un mod puţin cam "egoist sau egocentric". Absorbind alimente cu conţinut prea mare de **colesterol,** îmi neg bucuriile vieţii. Într-o zi, va trebui să plătesc acest lucru. Chiar îmi doresc o astfel de afecţiune ?

Accept ↓♥ să mă schimb imediat şi să las să circule bucuria în mine, ca un copil care se minunează în faţa frumuseţilor vieţii ! Îmi neutralizez frica de a trăi în bucurie şi accept↓♥ să las bucuria să intre în viaţa mea. Accept↓♥ să fiu eu însumi, să îmi realizez visele. Savurez fiecare moment, deoarece am dreptul să fiu fericit.

1033. SÂNGE — DIABET (... zaharat) *Vezi şi: BOLI EREDITARE, SÂNGE - HIPOGLICEMIE*

Diabetul este o boală caracterizată prin eliminarea excesivă a unei substanţe în urină. În general, termenul de *diabet* se referă la **diabetul zaharat** (mai există şi diabet juvenil, sau infantil). **Diabetul** este provocat de o insuficientă secreţie de insulină, de către pancreas, care nu poate menţine zahărul la un nivel satisfăcător pentru sânge. Astfel se produce un exces de zahăr şi **sângele** este incapabil să folosească într-un mod adecvat zahărul din fluxul sanguin. Creşterea nivelului de zahăr este descoperită prin creşterea glicemiei şi apariţia zahărului în urină. Dat fiind faptul că zahărul simbolizează **iubirea, tandrețea, afecțiunea, diabetul reflectă sentimentul de tristețe interioară.** Este vorba despre o lipsă de o anumită **iubire,** deoarece am nevoie, din cauza rănilor anterioare, să controlez mediul în care trăiesc şi oamenii din jurul meu. Trăiesc o stare de ***abstinență*** afectivă. Când sufăr de diabet, trăiesc sentimente de tristeţe, repetitive, emoţii refulate, tristeţe inconştientă şi absenţa tandreţei, ceea ce mă determină să mă ***înăspresc***. Tandreţea a dispărut, lăsând în locul ei o durere continuă. Din această cauză, încep să mănânc zahăr, sub toate formele posibile: paste, pâine, dulciuri, produse de patiserie etc. pentru a compensa. Este posibil să primesc "o lovitură", pe plan afectiv, social sau financiar. Am impresia că trebuie "să ţin piept" situaţiei, sunt **forțat să lupt**, **să înfrunt** viaţa, oamenii, evenimentele. Incerc să compensez prin toate mijloacele posibile. Mă limitez în multe domenii ale vieţii. Devin "amar" faţă de viaţă, consider că viaţa mea este "amară" şi compensez printr-o stare mai "dulce". Am regrete faţă de trecut sau ce s-ar fi putut întâmpla. Cred că nu merit să cunosc fericirea şi plăcerea. Deoarece am o dificultate în a primi **iubirea**, mă simt sufocat şi supraîncărcat, blocat într-o situaţie incontrolabilă şi excesivă. Această situaţie, pe care nu reuşesc să o gestionez, mă determină să "compensez" prin alimentaţie şi să mă îngraş, fravorizând astfel apariţia **diabetului**. Am o mare nevoie de **iubire** şi de afecţiune, mai ales din partea tatălui meu, dar nu ştiu cum să reacţionez pentru a primi această iubire. Mi se pare nedrept sau nu mai am încredere în autoritatea care se exercită asupra mea. Poate fi vorba despre autoritatea tatălui meu, sau a unui patron sau a cuiva care reprezintă autoritatea, în religia mea. Am o dificultate în a primi iubirea celorlalţi şi viaţa este lipsită de plăcere pentru mine. Deoarece nu accept↓♥ "micile bucurii ale vieţii", ajung să dezvolt un diabet, a cărui consecinţă este tocmai aceea ce a-mi interzice să mănânc dulciuri, ca altădată. Pentru mine este greu să mă relaxez şi să exprim **iubirea** adevărată. Este posibil să fiu obligat să nu îmi pot exprima deschis emoţiile de bucurie, iubire sau pasiune, din cauza unui context care îmi închide toate aceste sentimente. Uneori am aşteptări disproporţionate, deoarece vreau ca ceilalţi să îmi împlinească dorinţele. Aceste aşteptări determină frustări şi furie faţă de viaţă şi faţă de mine. **Mă opun cu putere unui eveniment pe care vreau să îl evit, dar pe care mă simt obligat să îl suport și refuz să fiu *flexibil*.** Nu pot renunţa atât de simplu ! De exemplu, poate fi vorba despre o separare, o mutare, un examen et. Emoţiile trăite faţă de acest eveniment pot fi legate de pierderea unei fiinţe dragi sau de o singurătate profundă, care mă determină să trăiesc o stare de disperare. De obicei există o legătură cu familia mea. Acestora li

se adaugă **un sentiment de dezgust, de respingere, de dispreț față de evenimentul respectiv.**

Astfel că, îmi este foarte greu, din cauza constrângerilor de tot felul să regăsesc această bucurie, de care am atât de mare nevoie. Chiar dacă trece timpul, lipsa pe care o am şi suferința care decurge din ea, persist... Este posibil să fi pierdut un prieten foarte bun sau un complice, una dintre puținele persoane căreia puteam să îi spun totul despre mine. Sau îmi este teamă de ceva sau de cineva şi, fără să îmi dau seama, ajung să dezvolt o adevărată paranoia, legat de acest subiect. Conştient sau nu, mă gândesc tot timpul la acest lucru. Am impresia că sunt nevoit să fac faţă unui ***adversar*** de talie mare şi nu ştiu care dintre noi va fi "cel mai puternic". Oare forţa mea primitivă va fi mai puternică ? Această forţă este în interiorul sau în exteriorul meu ? Este o încercare foarte solicitantă pentru mine. Sunt "gata de luptă", împotriva voinţei mele ! Din acest motiv, glicemia ridicată reprezintă rezerva de care am nevoie pentru "a fi pregătit tot timpul" dacă va fi nevoie să lupt (zahărul din sânge este cel care furnizează energia muşchilor mei, pentru a mă lupta). Dacă sunt în conflict cu autoritatea, este posibil să simt chiar o oarecare plăcere să mă opun cuiva, unei situaţii sau unui principiu ? **Hiperglicemia** va apărea într-un astfel de moment. De asemenea, pot avea un sentiment de neputinţă faţă de prezent. Adică mă simt incapabil să acţionez, să duc la capăt sarcinile pe care le am.

Nu am energie să înaintez, să merg mai departe. Mă simt împins să fac lucruri față de care mă opun. Pe plan biologic, zahărul conşinut în corpul meu este cel care produce energia calorică, necesară pentru mişcare. Nivelul de zahăr creşte în sânge deoarece este vorba despre un zahăr care se transformă foarte repede şi poate fi folosit imediat. Astfel devin puternic şi pot face anumite lucruri repede şi eficient. Am nevoie să fiu responsabil de viaţa mea, începând de acum. Am nevoie să schimb situaţiile care mă afectează, începând prin a vedea iubirea şi bucuria din toate aspectele vieţii. Zahărul este în relaţie cu blândeţea şi cu **iubirea**. Dacă sunt un **copil**, care suferă de **diabet**, îmi este teamă că unul dintre părinţii mei sau amândoi, nu au încredere în mine şi că îi voi dezamăgi. Îmi este frică să mă împlinesc, să devin eu însumi. Am nevoie de tandreţe şi de afecţiune, dar nu ştiu cum să le caut. Simt o nesiguranţă, dar nu ştiu cum să spun sau să exprim acest lucru şi devin tot mai aspru. Aş vrea să nu fiu nevoit să fac faţă acestei situaţii şi mă simt crispat faţă de amploarea ei. Mă stresez tot timpul, bat pasul pe loc. Este ca şi cum nu aş avea nicio putere asupra vieţii mele şi totul îmi este impus din afară. Simt o angoasă pentru că nu mai ştiu cine sunt, nu ştiu cum să am încredere în mine. Încă nu m-am acceptat↓♥ aşa "cum sunt", în calitate de ființă umană. Mă simt în nesiguranţă, în instabilitate, faţă de viitor. Nu vreau să îmbătrânesc şi să devin "mare". **Diabetul, hiperglicemia** (prea mult zahăr în sânge) şi **hipoglicemia** (prea puţin zahăr în sânge) au toate legătură cu lipsa de bucurie şi cu **iubirea** pe care sunt capabil să o exprim pentru mine însumi şi ceilalți. În cazul **diabetului gestațional**, care apare, de obicei, după jumătatea celui de-am doilea trimestru de sarcină, este bine să îmi pun aceleaşi întrebări, valabile şi în cazul **diabetului zaharat**. Este posibil să decopăr în mine **o tristețe**

profundă, o respingere sau o rezistență. Sarcina poate activa sau amplifica în mine amintiri, conștiente sau nu, legat de cea ce am trăit în copilărie, situații care pot declanșa diabetul. După naștere, revenirea la starea mea normală arată faptul că acele sentimente au dispărut sau sunt diminuate, lucru care determină restabilirea nivelului glicemiei (al glucozei). Dacă sunt mamă, în acest caz, trebuie să mă întreb dacă nu cumva eu însămi mă simt micuță și dependentă, la fel ca și bebelușul meu. Simt că nu sunt în stare îmi îndeplinesc rolul de mamă, ceea ce mă întristează foarte puternic.
Sau mă întreb dacă bebelușul va deveni o altă persoană, care îmi invadează spațiul privat. Îmi este greu să mă accept↓♥ așa cum sunt. Sarcina îmi modifică corpul și îmi este greu să fiu de acord cu noua mea imagine. Mă văd ca pe o persoană leneșă și pasivă și mă persecut, în loc să îmi acord iubire și compasiune. Dacă am **diabet** și trebuie să fac injecții cu insulină, este bine să mă întreb, de ce este legată această dependență, la nivel afectiv: oare sunt încă dependent de părinții mei ? Oare le dăruiesc celorlalți **iubirea** și afecțiunea pe care am nevoie să le primesc sau mă simt prea golit și prea singur pentru a fi în stare să ofer această **iubire** ? De ce sau de cine mă agăț ? Există atât de multă iubire disponibilă. Oamenii mă iubesc și trebuie să recunosc acest lucru, începând de acum. Dacă sunt copil, este momentul să iau inițiativa și să continui să merg înainte în viață. Există multe oportunități care îmi vor ameliora condițiile de viață, dar eu mă opun, pentru că toate acestea pot aduce schimbări importante în viața mea. Am obosit să sufăr tot timpul. Este posibil să simt că nu sunt susținut de tatăl meu (sau de persoana care îl reprezintă) sau să cred că acesta nu acordă niciun interes față de mine sau activitățile mele. Îi captez indiferența. Dacă sunt o femeie sau un bărbat, cu o latură feminină foarte bine dezvoltată, îmi doresc să devin mai activ și mai independent. Totuși, știu că astfel îi voi deranja pe cei din jurl meu și îmi este teamă că mă voi îndepărta de cei pe care îi iubesc. De altfel, îmi este greu să le accept sfaturile, deoarece cred că acestea îmi îngrădesc libertatea. Ego-ul meu izbucnește uneori și acst lucru se reflectă în accese de furie violentă sau în atitudini rigide.

Accept↓♥ să mă detașez de trecut, să îl accept așa cum este. Sunt mai dechis față de viață, știin dcă îmi rezervă doar momente frumoase și sunt gată să le accept↓♥. Am încredere în mine și nu mai am nevoie de altcineva să mă sprijine: am toată forța și determinarea necesare penrtu a-mi crea propria fericire. Dacă am inima♥ dechisă, se pot produce miracole! Faptul de a nu mă mai opune îmi eliberează frustrările și astfel pot trăi în ritmul natural al vieții. Învăț să mă simt în siguranță, caut afecțiunea, tandrețea și iubirea pe care mi-o oferă ceilalți. Îmi **conștientizez** propria mea valoare. Devin mai spontan și îl las pe copilul meu interior să se exprime, să se simtă vesel și în siguranță. Astfel, încetez să mă mai autodistrug, îmi ofer o viață în siguranță, frumoasă și plină de bândețe.

1034. SÂNGE (în scaun...) *Vezi și: SÂNGE— SÂNGERĂRI*

1035. SÂNGE — FEBLITA

Feblita se definește ca un blocaj al **sângelui** în vene, mai ales la nivelul membrelor inferioare. Este provocată de un cheag favorizat de o imobilizare (de exemplu, ghips), o patologie varicoasă (a varicelor) sau o hipercoagulare a sângelui. **Sângele** reprezintă libera circulație a vieții prin venele membrelor inferioare. Astfel, posibilitatea mea de locomoție este limitată, iritată și defectuoasă, deoarece acest blocaj al **sângelui** indică o pierdere a bucuriei, legată de picioare, cele care mă transportă spre diverse destinații din viața mea. **Feblita** apare atunci când trăiesc un eveniment brutal în viața mea, care îmi stârnește un sentiment de neînțelegere și care îmi îngădește libertatea. Îmi vine să "mușc pe cineva până la sânge". Pentru că **sângele** nu mai urcă în picioarele mele, mă simt obligat să "remontez", să încurajez pe cineva, de obicei pe partenerul meu, care are tot timpul "moralul scăzut" și care vede totul în negru. În funcție de piciorul afectat, cel stâng (simbolizează interiorul meu) sau cel drept (exteriorul) pierderea bucuriei indică în ce aspect am o ezitare sau un refuz de a avansa, de accepta↓♥ o nouă destinație. Îmi fac "sânge rău" față de anumite situații din viața mea. Trăiesc o stagnare, o încetinire din cauza unei emoții, a unui sentiment care îmi blochează bucuria, fericirea de a trăi. Este posibil să trăiesc o frustrare la nivelul sexualității mele. Am tendința de a-i învinui pe ceilalți și de a-i ***disprețui***. Îi consider responsabili pentru lipsurile mele și îmi pierd pofta de a trăi și a merge mai departe. Mă simt nesigur, instabil, simt că "mă clatin pe picioare". Indoielile mele cântăresc mult. Mă simt neputincios. Oare ***merit*** să fiu fericit ?
Am impresia că stau pe loc, că totul este încremenit și nimic nu mișcă. Sau poate chiar îmi doresc acest lucru?

Accept↓♥ să las la o parte durerea, nemulțumirea, frustrarea pe care le trăiesc și să mă responsabilizez față de ceea ce se întâmplă în viața mea. Accept↓♥ faptul că am puterea să îmi creez viața așa cum vreau eu. Trebuie doar să accept↓♥ faptul că am dreptul la fericire și merit ca bucuria și pacea să îmi lumineze drumul. Mă întorc spre mine însumi, spre **inima♥** mea și spre adevăr.

1036. SÂNGE — HEMATOM *Vezi și: ACCIDENT, SÂNGE / [ÎN GENERAL] / CIRCULAȚIA SANGUINĂ*

Un **hematom** apare în urma unei hemoragii și provoacă o acumulare, o colectare de sânge într-un țesut sau într-un organ. Iar pentru că un **hematom** apare aproape întotdeauna, în urma unui traumatism, este cazul să mă întreb ce frică sau ce culpabilitate mă împiedică să las să circule liber bucuria din viața mea. Poate fi vorba despre o pedeapsă pe care mi-o aplic. Mă simt tăiat în mii de bucăți. Încerc să reintru în contact cu potențialul meu interior. Acumularea de sânge indică faptul că trebuie să aduc mai multă bucurie în viața mea și partea afectată îmi oferă informații despre aspectul din viața mea în care este important să-mi manifest bucuria.

1037. SÂNGE — HEMATURIE *Vezi și: ADENOM, VEZICĂ / [AFECȚIUNI ALE...] / CISTITĂ, URINĂ [INFECȚII URINARE]*

Hematuria reprezintă prezența sângelui în urină, la nivel microscopic[75] sau macroscopic[76]. Urina reprezintă vechile mele emoții, pe care le las să plece, iar pierderea sângelui indică pierderea bucuriei, prin urmare, **hematuria** simbolizează o tristețe față de emoțiile mele din trecut, care mă frământă în continuare. A trecut mult timp de când nu am mai râs... Aș vrea să plec departe, să las în urma mea responsabilitățile, care mă apasă. Mă simt imatur în unele aspecte ale vieții mele, deși, în sinea mea știu că aș putea fi un leader bun. Nu mai văd clar într-o situație care îl implică de multe ori, pe partenerul meu și în care mă simt blocat. Este ca și cum **iubirea** a fost ruptă, distrusă. Astfel, devin rigid și sunt defensiv. Sunt confuz, nu am încredere în deciziile mele, deoarece nu mai am încredere în mine. Este posibil să trăiesc un conflict cu un membru al familiei mele, de care aș vrea să mă debarasez. Trebuie să aflu care sunt evenimentele, care m-au sfâșiat emoțional, pentru a reuși să găsesc blândețea și înțelegerea prin care se va instala vindecarea.

Accept↓♥ să îmi acord timp pentru a medita asupra schimbărilor pe care le voi aduce în viața mea. Accept↓♥ ca, începând de acum, să îmi transform visele și ideile în acțiuni fizice. Astfel, bucuria va circula din nou în mine.

1038. SÂNGE — HEMOFILIE *Vezi și: BOLI EREDITARE, SÂNGE / [ÎN GENERAL] / [AFECȚIUNI ALE...] / CIRCULAȚIE SANGUINĂ / DIABET*

Hemofilia este o boală ereditară, legată de o tulburare a coagulării **sângelui**. Se transmite de la mama la copil și doar băieții vor dezvolta această boală. În cazul fetelor nu se manifestă (exceptând doar câteva tulburări minore). Deoarece sângele meu are dificultăți de coagulare, orice tăietură sau rană poate provoca pierderi de sânge foarte greu de oprit, lucru care îmi poate pune viața în pericol. Chiar dacă este o boală, considerată ereditară, nu înseamnă că nu este cazul să am o **conștientizare**, cu privire la pierderea bucuriei de a trăi. La cel mai mic accident sau incident, viața mea riscă să fie pusă în pericol, dacă nu se intervine urgent. Am nevoie să **conștientizez** Ce anume mă determină să trăiesc o disperare atât de mare încât, aș putea să mor. Nu mă simt în siguranță în viața mea afectivă și socială. Nu am integrat niciodată, cu adevărat, lumea exterioară. Trăiesc o singurătate profundă și sentimentul că sunt incapabil să reușec în viață. Tot ceea ce fac, se transformă în scrum. Am fost rănit în trecut, iar acum cred că trebuie să fiu mereu în defensivă. Simt o "amenințare" care planează asupra mea. Reacționez într-un mod disproporționat atunc când sunt contrazis. Am tot timpul o îndoială care mă urmărește și care mă împiedică să fiu autonom și să merg înainte. Există o dualitate: vreau să fiu autonom, dar sunt dependent și vreau să fiu răsfățat. Trăiesc în funcție de ceilalți, în loc să îmi urmez elanurile **inimii♥**. Pot să verific dacă semnificația **diabetului** poate corespunde, în anumite aspecte, cu ceeea ce trăiesc.

---

[75] **Microscopic:** dcare nu este vizibil cu ochiul liber în urină: poate fi văzut doar la microscop.

[76] **Macroscopic:** ceva ce poate fi detectat cu ochiul liber în urină sau prin culoarea roșie și urmele de sânge prezente

Accept↓♥ să am încredere în mine. Acționez, în loc să fiu în defensive: știu că, dacă îmi urmez inima♥, voi fi întotdeauna îndrumat și protejat. Primesc **iubirea** și blândețea în viața mea.

1039. SÂNGE — HEMORAGIE

O hemoragie se caracterizează printr-o pierdere de **sânge**, în afara vaselor de sânge. Această pierdere necontrolată de **sânge** este de multe ori asociată cu o tulburare sau cu un traumatism emoțional. Emoțiile mele, precum furia și angoasa, care au fost prea mult timp reținute, devin incontrolabile și țâșnesc dintr-o dată la suprafață. Este posibil să trăiesc evenimente care nu se desfășoară conform așteptărilor sau dorințelor mele. La capătul puterilor, epuizat pe plan moral, abandonez și o mare parte din bucuria mea de a trăi părăsește brusc corpul. Rana mea emoțională profundă este încă deschisă și se manifestă printr-o **hemoragie.** Este posibil să mă fi simțit *umilit*, agresat în adâncul ființei mele și nu m-am putut apăra. Mă simt zdrobit, neputincios și trăiesc multă agresivitate. Trăiesc într-un mod periculos, deoarece viața nu valorează mare lucru pentru mine. Îmi pierd forța și bucuria de a trăi. Este ca și cum m-aș nega pe mine însumi. Îmi caut stabilitatea în viața mea. Familia mea este destrămată și acest lucru mă întristează foarte tare. Este important să văd care parte a corpului meu este atinsă, pentru a avea mai multe informații legate de ceea ce trăiesc. De exemplu, **o hemoragie uterină**, indică faptul că pierderea bucuriei are legătură cu familia mea, cu căminul meu. **Hemoragia la stomac**, indică o pierdere de sânge asociată unui șoc emoțional, pe care nu reușesc să îl diger. Mă roade pe dinăuntru, îmi pierd bucuria de a trăi. Este foarte urgent să rezolv această situație, să fac travaliul de doliu, pentru a-mi ameliora circulația sângelui. Cât despre **pierderile de sânge post-natale**, acestea sunt normale. Totuși, dacă travaliul este prea lung, uterul este prea dilatat și poate apărea o **hemoragie**, de obicei asociată cu o stare de angoasă, cu o tulburare sau un traumatism emoțional, chiar o stare de slăbiciune fizică sau morală, denumită **post-partum.** Mă rețin pentru un interval de timp, mă contract și apoi mă relaxez, dintr-o dată, rezistența cedează, o dată cu energiua mea vitală. Mă regăsesc singură și mă confrunt cu mine însămi. Înainte, toată atenția mea esta concentrată pe copilul din mine. **Iubirea** pe care o simțeam în interiorul meu este înlocuită acum de un gol, pe care ceilalți nu au cum să îl umple. Într-un fel, mă simt separată de mine însămi.

În acest caz, accept↓♥ să **conștientizez** fricile asociate momentului nașterii, învăț să respir mai bine și îmi concentrez atenția pe "aici și acum", pentru a rămâne stăpână pe emoțiile mele, pentru a-mi contracta și decontracta uterul și îl las pe copil să iasă, în siguranță și încredere. Ascultându-mi corpul, pot recunoaște un mesaj, care mă va ajuta să trăiesc mai bine și mai armonios. Accept↓♥ să mă relaxez și să îmi exprim emoțiile mai liber. Dacă mă simt eliberată, îmi voi concentra atenția pe bucuria din mine și din jurul meu.

1040. SÂNGE — HIPOGLICEMIE *Vezi şi: ALERGII [ÎN GENERAL], CREIER — ECHILIBRU [PIERDERE DE...], SÂNGE— DIABET*

Hipoglicemia se caracterizează printr-o diminuare anormală a glucozei din sânge, cel mai adesea printr-o insuficienţă de aport caloric (energie) sau prin excesul de alimente prea dulci, uneori din cauza excesului de tratament cu insulină[77]. Partea pancreasului care secretă insulina, este supractivată. Prin urmare, celulele şi muşchii sunt privaţi de glucoza furnizoare de energie. Această situaţie este opusă diabetului, fiind cauzată de un exces de insulină sau de exreciţiu fizic. Zahărul reprezintă o formă de **recompensă, de afecţiune, de blândeţe şi de tandreţe.** Conform metafizicii, zahărul reprezintă manifestarea **iubirii**. În cazul în care sunt afectat de **hipoglicemie**, îmi pun următoarele întrebări: în acest moment, sunt în căutarea iubirii din mine? Sau aştept să vină din exterior ? Mănânc dulciuri pentru a umple această lipsă ? Există mai multe manifestări asociate **hipoglicemiei**: aceasta se poate manifesta pentru că dau prea mult celorlalţi şi nu mai am ce să îmi ofer mie însumi. Sau viaţa mea este în dezechilibru şi aş vrea să abandonez totul şi să fug. În acest caz, am nevoie să încep prin a mă iubi pe mine, prin a-mi respecta nevoile. **Hipoglicemia** provine din emoţiile mele puternice, dintr-o tristeţe profundă, care provoacă angoasă şi chiar ostilitate şi o ***aversiune*** faţă de ceilalţi. Oare am aşteptări, care nu sunt satisfăcute ? Refuz ceea ce vine din exterior, mai ales din partea unei persoane care are autoritate şi sunt foarte contrariat. Este posibil, de asemenea, să am o frică puternică faţă de ceva sau de cineva, care mă ***dezgustă*** şi pe care prefer să îl/o evit. Sau pot fi dezgustat de corpul meu fizic, pe care îl văd mereu în oglindă. Trebuie să rezit din toată puterea pentru a evita acest lucru ***oribil*** şi ***odios***, care îmi ***repugnă***, pe care îl consider "dezgustător". Forţele mele sunt amorţite. Poate fi vorba despre un obiect, un gest sau un cuvânt, care m-a lovit "în inimă♥". Acel lucru sau acea persoană, pe care o consider *respingătoare* este şi *abjectă !* Pot reacţiona încercând să rezist, să lupt pentru ca "situaţia" aceea să se termine cât mai repede. Prin faptul că nu mai ripostez când sunt agresat fizic, celălalt este posibil să se oprească mai repede, decât dacă îi răspund, chiar dacă ceea ce îndur este insuportabil. Încep să consider obositor, cel mai mărunt gest din viaţa mea. Aş vrea să arunc totul, cât mai departe. **Hipoglicemia** poate apărea, de asemenea, atunci când trăiesc o tensiune sau o presiune interioară excesivă, pe care cred că nu le pot controla. Viaţa mea este dezechilibrată şi mi-am pierdut simţul orientării. O altă cauză "fizică" a scăderii glicemiei poate fi şi o alergie alimentară. Este important să fac investigaţiile fizice necesare pentru a afla la cine sau la ce anume sunt alergic. Cânr sufăr de **hipoglicemie**, mă simt slăbit şi acest lucru îmi aminteşte faptul că, uneori, îmi place să mă simt slab şi victimă, pentru a primi astfel atenţia celorlalţi. Este mai uşor decât să rămân ferm pe poziţie şi să mă lupt pentru ideile mele.

Mă joc de-a v-aţi ascunselea şi trebuie să accept↓♥ să preiau conducerea în viaţa mea. Accept ↓♥ ceea ce mi se întâmplă şi ştiu că, dacă îmi ofer mai mult, voi putea apoi să le ofer şi celorlalţi din iubirea mea. Nu le pot oferi ceva celorlalţi, decât dacă îmi dau mine mai întâi, acel lucru. Decid să îmi fac viaţa mai veselă. Îmi îndeplinesc aşteptările. Corpul meu este înţelept, un prieten fidel, pe care îl ascult cu atenţie. Îmi accept↓♥ rolul de leader, în loc să îi urmez pe ceilalţi.

1041. SÂNGE — LEUCEMIE *Vezi şi: CANCER [ÎN GENERAL], SÂNGE / ANEMIE / CIRCULAŢIE SANGUINĂ*

Cancerul de sânge sau **leucemia** apare atunci când globulele albe se dezvoltă într-un mod necontrolat. Simbolizează bucuria care nu poate circula liberă în viaţa mea. Am o ură profundă, îngropată în adâncul meu, de multe ori îndreptată spre unul dintre părinţii mei. Mă autodistrug, refuz să lupt. Dacă sunt un copil afectat de **leucemie**, acest lucru indică un refuz de a renaşte, deoarece sunt foarte profund dezamăgit de ceea ce văd pe pământ. Faptul de a creşte reprezintă un pericol pentru mine. Văd cât de multă presiune trebuie să suport pentru a reuşi şi este mult prea mult pentru mine. **Leucemia** poate apărea după pierderea unei fiinţe iubite (poate fi vorba chiar şi despre un animal pe care îl iubeam foarte mult). Sau poate fi vorba despre o distanţă care s-a instalat între mine şi unul dintre părinţii mei, de obicei, tatăl meu şi care, mă afectează foarte mult. Am impresia că trebuie să mă integrez într-o altă familie, într-un alt clan, pentru a mă simţi protejat. Fie că sunt copil, fie că sunt adult, vreau atât de mult să fiu pe plac celor din familia mea şi să le împlinesc aşteptările, încât ajung "să mă omor" pentru a reuşi acest lucru. Această formă de **cancer** este legată direct de exprimarea **iubirii** din interiorul meu. Poate apărea, de asemenea, după un eveniment important pentru mine, care m-a determinat să mă devalorizez. Această devalorizare îmi afectează întreaga fiinţă şi o trăiesc foarte intens şi profund. Să luăm exemplul, unui băiat, care nu a fost primit în echipa de fotbal din oraşul sau di cartierul lui. Este o adevărată dramă ! Pentru el, este ca şi cum viaţa nu ar mai avea sens şi nu ar "merita" să fie trăită. Într-un astfel de caz, mă simt demne de dispreţ, am senzaţia că eu nu am dreptul decât la *firmituri*, în viaţă. Îmi caut locul într-un grup sau într-o familie. Nu mai am motivaţie: nu mai vreau să îmi construiesc viaţa. Pot avea impresia că trebuie să mă supraprotejez tot timpul, pentru a obţine ceea ce vreau. Este posibil să mă simt lipsit de apărare (de altfel, cei mai afectaţi sunt copiii şi persoanele mai în vârstă...). Este posibil să fi trăit o frustrare intensă şi să-mi fi sufocat în mod violent emoţiile. Dacă **iubirea** mea sau dorinţa mea de a trăi au fost rănite, într-un fel sau altul, atitudinea mea faţă de dragoste poate deveni neîncrezătoare, confuză şi alienantă. Mă pot izola de sentimente. În loc să trăiesc cu emoţiile mele, mă ***prefac*** că trăiesc. Viaţa nu mai are sens. Mă simt ca un sclav faţă de o altă persoană. Mi-am pierdut identitatea profundă, nu mai vreau să mă apăr. Îmi lipseşte **iubirea**, mai ales cea a tatălui meu. Într-o anumită măsură, înlocuiesc **iubirea** cu banii. Eul meu se simte "uzat". Dacă sunt mai în vârstă, după vârsta pensionării, este posibil să îmi dau seama că acum, este prea târziu să îmi mai împlinesc aspiraţiile. Trăiesc o stare de dezamăgire faţă de proiectele mele: fie am prea multe şi sunt apăsătoare, pentru că nu le voi putea realiza pe toate, fie am impresia că acum este prea târziu să le mai realizez. Simt o furie care îmi sfâşie **inima♥**.

---

[77] Exces de tratament insulinic: insulina ajută la diminuarea glucozei din sânge

Accept↓♥ să mă las purtat de viaţă, în loc să merg împotriva ei. Îmi asigur mijloacele potrivite pentru a trăi cu adevărat, nu doar pentru a supravieţui. Astfel, voi fi mai împăcat cu mine însumi şi nu voi mai simţi nevoia exagerată să mă apăr. Fac abstracţie de trecut şi mă angajez să fiu sincer cu mine însumi, în ficare moment. Reintru în contact cu ideile mele profunde. Am curajul de a-mi arăta emoţiile cele mai ascunse. Fie că sunt adult, fie că sunt copil, trebuie să trăiesc în adevăr şi autenticitate şi să reintru în contact cu viaţa din mine.

1042. SÂNGE — LEUCOPENIE

Leucopenia este scăderea globulelor albe, ducând la dezechilibrul sângelui. Globulele albe devin asemenea unor soldăţei care predau armele. În acest caz, îmi pierd pofta de viaţă, pentru că sufăr prea mult. Pentru a mă simţi tot timpul în siguranţă şi stăpân pe situaţie, mă forţez să evoluez respectând aceleaşi reguli şi astfel mă împiedic să experimentez lucruri noi, ceea ce poate fi o formă de fugă. Trăiesc o sărăcie emoţională şi am nevoie să mă regăsesc în familie, în calm şi armonie.

Accept↓♥ să am grijă de mine pentru a-mi reface forţele interioare şi, astfel, să îmi recapăt pofta de viaţă, cu toate plăcerile pe care le aduce aceasta.

1043. SÂNGE — MONONUCLEOZA INFECŢIOASĂ *Vezi şi: ANGINĂ, OBOSEALĂ, INFECŢII [în general], SPLINĂ, CAP [DURERI DE ...]*

Mononucleoza infecţioasă este o infecţie caracterizată prin creşterea limfocitelor care fac parte din leucocite, globulele albe ale sângelui. Această boală apare mai ales la adolescenţi sau la tineri. Mai este cunoscută sub denumirea populară de **boala sărutului,** deoarece se poate transmite prin salivă. În cazul în care sunt adult şi sunt afectat de această boală, încerc să aflu ce anume m-a afectat ca şi cum aş fi încă adolescent sau ceva ce îmi aminteşte de adolescenţă. Vreau să trăiesc din plin, simt o schimbare în interiorul meu şi **am impresia că trebuie să mă zbat tot timpul pentru a obţine ceea ce vreau.** Sistemul meu de apărare se dezvoltă pentru a compensa atacurile şi limitările pe care am impresia că le primesc de la viaţă. Mă simt ***singur*** în faţa obstacolelor care apar în faţa mea, mă simt departe de familia mea. Vreau atât de mult să mă simt ***acceptat↓♥*** de familia mea, de prietenii mei şi/sau de societate ! Asemenea unui lup, vreau să fac parte din ***haită***. Mă simt foarte singur, mă simt ca un ***rebut,*** ca un deşeu al societăţii. Mă denigrez şi vreau să îi resping pe ceilalţi, chiar dacă, în acelaşi timp, am nevoie să mă agăţ de ei. Acest lucru îmi provoacă o dualitate interioară şi o tensiune puternică. **Mononucleoza** poate apărea şi atunci când mă simt vinovat faţă de o anumită situaţie, când îi critic pe ceilalţi sau când critic viaţa în general. Are legătură cu o problemă a **splinei**, deoarece există o creştere a volumului acesteia.

Accept↓♥ să fac curăţenie în viaţa mea şi să investesc mai multă **iubire**, faţă de mine şi faţă de ceilalţi. Îmi recapăt curajul şi încrederea în mine şi astfel îmi regăsesc energia şi bucuria de a trăi, care mă ajută să experimentez mai mult **iubirea.**

1044. SÂNGE — PLACHETE SANGUINE, TROMBOCITE *Vezi şi: SÂNGE COAGULAT — TROMBOZĂ*

Plachetele (trombocitele) sunt celule sanguine care joacă un rol important în coagulare. Când numărul de plachete este sub limita normală (**tombopenie**), este cazul să mă întreb de unde vine dificultatea mea de a mă integra în familie sau într-un grup, cu care mă identific. Există conflicte care fac ca legăturile care există deja, la nivelul acelui grup, să fie precare şi există riscul să izbucnească un conflict, dacă persoanele în cauză nu acţioneaz. Am vrea să intervi, să îndrept lucrurile, dar există ceva ce mă împiedică să fac acest lucru. Mă simt fragil în faţa situaţiei respective, deoarece nu vreau să rănesc pe nimeni. Mă simt singur şi neputincios, fără să ştiu în ce direcţie să merg.

Accept↓♥ faptul că nu am putere decât asupra vieţii mele. Rămân neutru faţă de deciziile celorlalţi, mai ales cele care îi privesc pe membri familiei mele. Ştiu că suntem cu toţii îndrumaţi în alegerile noastre şi las universul să se ocupe de oamenii pe care îi iubesc. Am grijă de mine şi nu mă las influenţat de cuvintele sau de conflictele celorlalţi.

1045. SÂNGE — SÂNGERĂRI

Sângerările pot fi comparate cu lacrimile, reprezintă tot o pierdere a bucuriei. Atunci când sufăr îmi curg lacrimile, seuferinţa mea este atât de intensă încât, parcă am plânge cu **sânge.** Unde a dispărut bucuria mea de a trăi ? De unde vine această suferinţă, această furie, care mă face să văd roşu în faţa ochilor? Poate să aibă o legătură cu întrebările mele despre originile mele, despre apartenenţa mea la clanul familial, despre legăturile mele de **sânge. Sângerările anorectale** (sângele din scaun) indică cât de mult mă agăţ de trecut. Acest lucru are drept consecinţă o stagnare, faptul că rămân pe loc. Mă simt înţepenit atât pe plan sexual, cât şi în general, îi acuz pe ceilalţi şi trecutul pentru nefericirile din prezentul meu. Mă retrag în mine însumi, trăiesc în singurătate, pentru a evita să fiu din nou rănit.

Accept↓♥ şansa pe care o am în viaţă şi îmi regăsesc bucuria de a trăi. Mă eliberez de toată tristeţea şi accept↓♥ să primesc ceea ce îmi oferă viaţa.

1046. SÂNGE — SEPTICEMIE

Septicemia este o infecţie gravă (o otrăvire totală) a sângelui. Este ceea ce în limbaj popular se spune "a-şi face sânge rău" sau "a-şi otrăvi viaţa". În acest caz, joc rolul victimei şi este important să mă întreb "de cine sa e ce anume mă las otrăvit sau pe cine las să îmi contamineze existenţa ? Stagnez într-o situaţie, mă simt "pe cale să putrezesc".

Accept↓♥ să am întreaga răspundere pentru alegerile mele şi **conştientizez** bucuriile vieţii.

1047. SÂNGE — TROMBOZĂ *Vezi şi: SÂNGE / CIRCULAŢIE SANGUINĂ / COAGULARE*

Sângele care circulă în venele mele reprezintă bucuria de a trăi. O **tromboză**, care se defineşte prin formarea cheagurilor de sânge într-o venă sau într-o arteră, provoacă un blocaj, care împiedică sângele să circule liber. Această stare demonstrează faptul că există, de asemenea, un blocaj în eliberarea şi în circulaţia **iubirii.**

Pentru că mă simt singur, sufăr şi am impresia că dificultăţile de care mă izbesc sunt prea greu de suportat şi că nu sunt capabil să le depăşesc. Îmi pierd bucuria de a trăi. Viaţa mea mi se pare străină, mă simt neglijat, abandonat şi neînţeles. Am impresia că nu mai există **iubire** în mine, deavin inflexibil, sunt tot mai închis în modul de a acţiona şi a gândi, ceea ce provoacă o întărire a arterelor mele. Lupt împotriva oricărei schimbări şi înţepenesc pe loc. Există o situaţie sau o credinţă de care mă agăţ şi pe care nu îndrăznesc să o părăsesc ? Această manifestare îmi atinge întreg corpul. Este interesant de notat faptul că, **tromboza** se manifestă mai ales la nivelul **venelor**. Este posibil să trăiesc o situaţie în care am o dificultate de a primi, mai ales ajutorul celorlalţi (pe plan psihologic, material sau financiar). Cred că pot face totul singur. Reţin **iubirea** pe loc. Atunci când **tromboza** apare la picioare, indică o teamă de a merge înainte, o tendinţă de a rămâne "înţepenit" pe loc, fără să mă pot mişca. Mă simt "bătut în cuie", la sol. Poate fi vorba, de asemenea, de nesiguranţa pe care o simt când mă despart de cineva iubit. Încercând să reţin acea **iubire**, sporesc şansele ca ea să dispară. Mă simt "blocat" în emoţiile mele.

Accept ↓♥ să fiu tot mai deschis faţă de viaţă şi accept↓♥ schimbările ca pe semne ale evoluţiei mele. îmi exprim frustrările şi devin activ şi creativ.

1048. SÂNGE — VARICE

Varicele apar de obicei, la picioare. Sunt rezultatul venelor dilatate: **sângele** nu mai poate urca liber spre **inimă♥** deoarece valvulele venelor nu mai funcţionează normal.

Picioarele mă ajută să avansez în viaţă, să mă deplasez dintr-un loc în altul. **Varicele picioarelor** indică o circulaţie sanguină proastă. Pot simboliza faptul că, nu îmi mai convine locul în care mă aflu sau nu îmi place ceea ce fac în prezent. Nu mai găsesc bucurie în ceea ce fac. Poate fi vorba despre o relaţie afectivă sau despre un loc de muncă, care a devenit monoton. Sau o situaţie în familie, unde mă devalorizez, în latura mea feminină. Îmi caut locul, "cuibuşorul" meu. Nu mai vreau să avansez într-o direcţie precisă, dar nu ştiu nici cum să ies din situaţia actuală. Viaţa mea este plină de insatisfacţii, este lipsită de pasiune şi ternă. Devin zgârcit cu zâmbetele şi veselia mea. Vreau tot timpul tot mai mult ! Structurile în care funcţionez nu îmi mai convin. **Sângele** reprezintă bucuria de a trăi şi circulaţia **iubirii** mele în univers. Venele sunt mijlocul meu de locomoţie. **Sângele** din vene se află pe drumul de întoarcere spre inimă♥ şi aduce cu el toată **iubirea** pe care a primit-o de la **univers**. **Varicele** pot indica existenţa unui puternic conflict emoţional, care este direct legat de capacitatea mea de a mă iubi şi de a primi toată această **iubire**. Nu mai sunt sincer cu mine însumi. Direcţia spre care merg sau pământul pe care stau nu îmi oferă ceea ce vreau, din punct

de vedere emoţional. Acest lucru îmi blochează şi îmi ameţeşte "mişcarea emoţiilor". Am impresia că trag după mine o greutate imensă, ca un prizonier care trebuie tot timpul să târască după el lanţurile. Uneori este vorba despre o greutate de ordin financiar, banii îmi dau multe bătăi de cap şi sunt foarte zgârcit. În general, am impresia că, mai degrabă suport anumite situaţii, decât să le creez. Sunt ghidat de "trebuie", de sentimentul de a fi obligat, lucru care mă împiedică să fiu eu însumi şi să fac lucruri pentru mine. **Varicele la picioare**, par frecvent, în timpul sarcinii, ceea ce arată existenţa unor frici legate de această stare; ca femeie însărcinată, îmi este teamă să împărtăşesc această **iubire** cu altcineva, îmi este teamă că îmi pierd individualitatea, în noul meu rol de mamă şi mă sperie toată responsabilitatea faptului de a te ocupa de un copil. Ce loc voi ocupa lângă acel copil şi lângă partenerii meu ? Voi avea tot ajutorul şi sprijinul de care voi avea nevoie ? Povara responsabilităţilor va fi şi mai grea.

Dacă sunt afectat de **varice**, mă simt depăşit de situaţie şi îmi este teamă că nu voi face totul, deoarece am tendinţa să amplific micile detalii. În astfel de momente mă pot simţi descurajat. Nu mă simt susţinut şi sprijinit (este interesant de observat că, persoanelor care au varice la picioare, sau celor care trebuie să prevină apariţia lor, li se recomandă purtarea unor ciorapi compresivi). Am impresia că dau mult mai mult decât primesc în schimb. Este important să învăţ să iubesc şi să restabilesc situaţia.

Îmi accept↓♥ libertatea de a alege şi de a circula liber. Mă fac respectat şi îmi exprim nevoile. Cer ajutorul de care am nevoie. Nu am nevoie să mă justific. Trăiesc îndrumat de inima♥ mea şi am grijă de mine. Mă bucur din plin de viaţă.

1049. SÂNGERĂRI *Vezi: SÂNGE — SÂNGERĂRI*

1050. SÂNGERĂRI NAZALE *Vezi: NAS [SÂNGERĂRI...]*

1051. SÂNGERĂRI GINGIVALE *Vezi: GINGII [SÂNGERĂRI ALE...]*

1052. SÂNI (în general)

Sânii simbolizează conştiinţa a ceea ce sunt şi generozitatea mea faţă de mine şi de ceilalţi. Sunt simbolul frumuseţii materne. În funcţie de starea lor, pot observa echilibrul care există în viaţa mea, între a da şi a primi, între latura mea feminină şi cea masculină. O stare bună, echilibrată, mă face să fiu cu adevărat fertilă, în toate aspectele vieţii mele. Viaţa mea afectivă este în armonie cu latura mea raţională. O persoană care are sânii mari (fie femeie, fie bărbat) a început, încă de la o vârstă foarte fragedă, să se simtă obligată să joace rolul mamei faţă de ceilalţi, pentru a se simţi iubită. Chiar dacă am această abilitate, de a avea grijă de alţii, îmi dau seama că acţionez astfel deoarece îmi este teamă de respingere şi că, dacă mă simt admirat pentru această latură a mea, îmi voi atrage astfel recunoştinţa celor din jurul meu. Poate eu am nevoie de afecţiune maternă... Din contră, dacă am sânii mici, este posibil să nu am încredere în capacitatea mea de mamă şi să vreau să demonstrez tot timpul că pot face acest lucru. **Sânul stâng** reprezintă aspectul mai emoţional, afectiv al laturii mele materne, în timp ce **sânul drept**

este asociat cu responsabilitățile mele de femeie, în familie sau în societate[78]. Dacă am sânii moi, care atârnă, este important să învăț să devin mai femeie în felul meu de a vorbi și de a acționa. **Sânii** reprezintă, de asemenea, feminitatea și seducția unei femei. De multe ori sunt admirați în mod exagerat. Apariția **sânilor** echivalează cu faptul de a deveni femeie. Acest lucru provoacă o mulțime de reacții, în cazul femeilor. Este posibil să îmi fie teamă că voi deveni un *sex-simbol*, că voi fi ridiculizată. Sau poate să îmi fie rușine, să mă simt stânjenită. Este posibil să nu vreau să am copii, deoarece aceștia îmi reamintesc, conștient sau nu, un "șoc" din trecut. Pot avea anumite temeri cu privire la faptul de a fi, în același timp, femeie și mamă. În ce situație am avut impresia că nu voi fi la înălțime în rolul meu de femeie sau de mamă ?

Accept↓♥ să primesc, la fel de mult cât dau. Îmi accept↓♥ feminitatea.

1053. SÂNI (afecțiuni ale...) (dureri, chisturi) *Vezi și: CANCER LA SÂN, SÂN — MASTITĂ*

Atunci când am **dureri de sâni**, este important să mă verific dacă adopt o atitudine supraprotectoare sau dominatoare față de copiii mei sau ceva ce reprezintă copiii mei (de exemplu, un proiect de muncă, de care mă ocup care și cum ar fi copilul meu sau un membru al familiei, un nepot sau nepoată sau un alt copil pe care îl consider copilul meu sau părinții mei, care au nevoie de atenție, ca niște copii și de care mă ocup eu acum) sau față de partenerul meu. Îmi este teamă sau chiar mi s-a întâmplat să fie luată de lângă mine, o persoană dragă? Poate am fost separată fizic de aceasta sau poate este vorba despre o ruptură în relațiile mele personale în care comunicarea nu mai există. Nevoia mea neîmplinită, de a avea o legătură cu lucrurile sau cu oamenii, lasă un gol în viața mea. Am fost renegată de cineva apropiat și sufăr mult din această cauză. Sau poate eu am renegat pe cineva apropiat. Trăiesc o angoasă, mă gândesc prea mult la aceste lucruri. Am impresia că libertatea mea este distrusă. Mă ocup prea puțin de emoțiile mele și vreau să domin, să fiu posesivă. Îi judec foarte aspru pe ceilalți și nu vreau să aud ce au de spus. Vreau să controlez totul. Nu am încredere în valoarea mea și am tendința să mă consum foarte mult în iubire, mă pierd în relațiile mele, pentru a compensa lipsa de încredere în mine și lipsa respectului față de mine.

Bucuria pe care aș putea să o simt este absorbită de vechile mele supărări sau de grijile, care mă urmăresc de atâta timp. Angoasele mele și nesiguranța mea sunt mai puternice decât dorința mea de a deveni propriul meu stăpân. Am impresia că trăiesc în păcat. Încerc să înlătur, rațional, toate aceste emoții. Totuși, acestea sunt atât de prezente și sânii mei pot deveni **hipersensibili**, lăsând să se vadă toată această durere interioară. Un **chist** poate apărea atunci când mă simt vinovată față de un aspect legat de maternitate sau o situație în care am trăit un

---

[78] Conform teoriei doctorului **Hamer,** faptul de a fi stângaci sau dreptaci are un impact asupra conflictului legat de afecțiunile sânilor. Nu am menționat această teorie aici. Este o interpretare valabilă, la fel ca cea care susține că partea dreaptă este legată de rațiune și cea stângă de afecțiune și de emoții. Este posibil să ținem cont de ambele interpretări

șoc emoțional. Faptul de a vrea să îi protejez prea mult pe cei dragi, mă face să îi împiedic să trăiască, ajung să iau decizii în locul lor și devin o mamă **cloșcă.**

Accept↓♥ să îi las pe cei pe care îi iubesc, să devină autonomi pentru a deveni și ei, la rândul lor, persoane responsabile. Îmi exprim astfel adevărata personalitate. Merit tot ceea ce este mai bun. Ignorând angoasele, grijile, resentimentele din trecut, **sânii** mei vor redeveni sănătoși.

1054. SÂNI — ALĂPTARE (dificultăți de...) *Vezi și: SÂNI — MASTITĂ*

Dificultățile care apar în **alăptare** provin, printre altele, din **fisuri ale mameloanelor** sau o **insuficiență de lapte.** În acest caz, îmi este greu să accept↓♥ rolul de mamă. Am impresia că, acest copil îmi distruge libertatea. Mă percep ca pe o "mașină de produs lapte". Am o dificultate în a constru legătura mamă-copil, care pare minunată, pengtru majoritatea femeilor. Dar, în cazul meu nu se întâmplă acest lucru și mă întreb care este "problema mea"! Devin neliniștită, deoarece copilul depinde de mine pentru a trăi. Este cazul să mă întreb: cum aș putea să îi ofer **iubire**, bebelușului meu, prin **alăptare**, când nu mă simt demnă de el? Cu o astfel de atitudine blochez totul. Nu mă respect suficient de mult și nu îmi ofer **iubirea** și tandrețea de care am nevoie. Cum aș putea să îi dau bebelușului meu ceea ce nu îmi pot oferi mie însumi ? Vreau să fac tot posibilul pentru a hrăni copilul, dau foarte mult și uit complet de femeia din mine, care a cedat în totalitate locul mamei. Prin urmare mă simt depășită de situație, deoarece vreau să fac totul foarte bine, nu mă simt la înălțimea acestei sarcini și clachez. Cum aș putea să fiu iubita partenerului meu și, în același timp, mama bebelușului ? Trebuie să învăț să mă adaptez la orice situație nouă, să îmi dozez efortul. Laptele puțin, pentru copilul meu, poate indica faptul că eu însămi am foarte puțină hrană afectivă (afecțiune, tandrețe, atenți etc.) din partea partenerului meu, de când a apărut bebelușul, care "îmi ocupă tot locul" și care primește toată atenția. Această situație, îmi poate aminti, de asemenea, relația cu propria mea mamă, în care simțeam o răceală, un gol, o lipsă. Rolul meu de mamă reactivează acum rănile mele emoționale în relație cu propria mea mamă. Cum să fiu o mamă bună și o iubită bună, în același timp ? Cum să împac intimitatea mea, cu copilul, pentru a mă simți bine ? Îmi accept corpul și persoana mea așa cum sunt. Mă poziționez și îmi ocup spațiul de care am nevoie și care este al meu. Mă privesc cu **iubire** și cu blândețe.

Accept↓♥ să împărtășesc această iubire cu ebbelușul meu, știind că el există în viața mea, pentru a mă ajuta să devin o persoană mai bună. Îmi oferă bucurie și iubire necondiționată. Astfel pot deveni stăpână pe viața mea și pot crește sentimentul de libertate pe care îl am.

1055. SÂNI (cancer la...) *Vezi: CANCER LA SÂN*

1056. SÂNI — MASTITĂ

Mastita este o inflamație dureroasă a sânului, care poate apărea în timpul alăptării, care devine periculoasă, dacă există o scurgere de puroi din mamelon.

În acest caz, tot în relaţie cu maternitatea, este posibil să mă simt obosită după naştere, (sau din alte motive) şi îmi provoc o stare de rău, care mă obligă să întrerup alăptarea, fără să mă simt vinovată. Sau poate am impresia că sunt prea maternă în relaţie cu partenerul meu sau cu cineva din anturajul meu. Aceste dureri de **sân** pot indica, de asemenea, faptul că sunt prea dură cu mine însumi. Am impresia că trebuie să mă **sacrific** pentru familie, pentru muncă sau pentru o cauză foarte importantă pentru mine. Nu mai suport, sunt agresivă şi frustrările se acumulează tot mai mult.

Accept↓♥ să recunosc faptul că, modul meu de a funcţiona mă împiedică să mă împlinesc. Observ cu atenţie toate calităţile pe care le am. Mă întreb de ce am o nevoie atât de mare de a mă simţi utilă pentru cineva. Acceptându-mi ↓♥ valoarea, nu voi mai avea nimic de demonstrat, nimănui. Dacă îmi ofer mie însumi mai multă **iubire,** voi putea astfel să o ofer şi celoalalţi, într-un mod dezinteresat, gratuit şi simplu, aşa cum o face un copil. Sunt capabilă să spun da sau nu, în funcţie de ceea ce este bine pentru mine. Accept↓♥ să îi las pe ceilalţi să aleagă liberi, învăţ să mă iubesc. Recunosc faptul că, fiecare dintre noi evoluează prin experienţele pe care le are.

1057. SCABIE, RÂIE *Vezi: PIELE — SCABIE SAU RÂIE*

1058. SCARLATINĂ *Vezi: BOLILE COPILĂRIEI*

1059. SCHELET *Vezi: OASE*

1060. SCHIZOFRENIE *Vezi: PSIHOZĂ — SCHIZOFRENIE*

1061. SCIATIC (nervul...) *Vezi: NERVUL SCIATIC*

1062. SCLERODERMIE *Vezi: PIELE — SCLERODERMIE*

1063. SCLEROZA *Vezi şi: INFLAMAŢIE, SISTEM IMUNITAR*

Scleroza o hipertrofie care întăreşte ţesutul conjunctiv, prezent în întreg corpul. Este important să **conştientizez** că, dacă sunt afectat de această boală, mă atac pe mine însumi, ceea ce poate determina **scleroza** să se întindă, la majoritatea organelor. Această hipertrofie provoacă un fel de energie arzătoare, care scoate la suprafaţă furia mult timp refulată. Ţesuturile se întăresc şi la fel şi gândurile mele, atitudinile mele şi se creează un dezechilibru energetic. Îmi întăresc poziţia faţă de viaţă şi faţă de persoanele din anturajul meu. Sunt inflexibil şi mă adaptez foarte greu la noile situaţii. Prefer să mă agăţ de vechile mele mentalităţi. Nu mai sunt flexibil, mai ales faţă de ceea ce se întâmplă în cadrul familiei mele. Este posibil să mă simt invadat de ceilalţi. Întregul meu corp sau oricare parte din el poate fi afectat de **scleroză**. Este important să **conştientizez** ceea ce trăiesc în interiorul meu. Dacă mă închid faţă de **iubire,** acest lucru poate însemna că mă consider nedem de această **iubire**, că mă simt vinovat sau îmi este ruşine de viaţă.

Accept↓♥ să fiu deschis faţă de **iubire**, îmi recunosc valoarea divină, eu sunt totul şi pot face totul. Îmi regăsesc curiozitatea şi lucrurile care mă pasionează.

1064. SCLEROZA ÎN PLĂCI

Scleroza în plăci este o demielinizare[79], care pare inflamatorie, prin procesul auto-imun al învelişului care înfăşoară căile nervoase ale creierului şi măduvei spinării. Întreg corpul este afectat şi accesele (puseurile) pot surveni în diverse momente ale vieţii. Este ca şi cum întreg corpul meu ar fi într-o **capcană**, prins într-o cuşcă, care devine tot mai mică, în înlănţuirea evenimentelor. Dacă sunt afectat de **scleroză în plăci**, acest lucru înseamnă că sunt afectat, în general, de suferinţe puternice şi mă simt descurajat în viaţă. Există ceva sau cineva care mă paralizează, mă simt blocat. Nu mă mai simt vioi în faţa vieţii. Viaţa mea duce lipsă de tandreţe, de "miere" (de-**miel**-inizare). Trăiesc o revoltă puternică, care îmi animă întreaga fiinţă. Mă simt obligat să fac totul eu singur. Fiind foarte perfecţionist şi intransigent, refuz să mă înşel şi accept↓♥ cu greu ajutorul celorlalţi. Îmi este greu să accept↓♥ constrângerile, mai ales pe cele care provin din familia mea. Voinţa mea este tot timpul pusă la încercare. **Conştientizez** faptul că trebuie să fiu foarte dur cu gîndurile mele şi să rămân departe de emoţiile mele. Gândul unui eşec mă îngrozeşte. Îmi este greu să mă iert şi să îi iert pe ceilalţi. Pot să îmi port pică pentru că am lăsat să scape o oportunitate. Îmi **este teamă că voi fi dat la o parte**, voi fi abandonat. Sau îmi este teamă că voi **cădea**, atât în sens propriu cât şi figurat şi că, o astfel de cădere mi-ar putea provoca moartea. Toate aceste frici, care implică o deplasare pe verticală şi care mă pot face să cred că viaţa mea este în pericol, pot declanşa o **scleroză în plăci.** Poate fi vorba, de exemplu, despre căderea de pe o ***scară***, riscul de a cădea într-o groapă, pierderea bruscă de altitudine în avion, ceva ce îmi cade în cap etc. La nivel simbolic, expresii de genul "a-mi cădea cineva cu tronc" (a mă îndrăgosti) devin periculoase pentru mine. Căderea poate fi fizică, morală sau simbolică. Toate aceste situaţii mi se par ***bulversante***, ***uimitoare*** şi sunt ***siderat***. Îmi este teamă că voi cădea de foarte ***sus*** sau că "va cădea ceva de sus peste mine" şi voi muri. Sau mă pot simţi ***degradat*** de cineva sau de teama că îmi voi pierde protecţia sau o poziţie privilegiată la muncă, de exemplu. Am impresia că nu mai am niciun viitor. Foarte des, mă judec sau îi pot judeca pe ceilalţi foarte sever, ceea ce creează **un sentiment de depreciere, de devalorizare şi de diminuare a persoanei mele**. Când mă simt diminuat, ***doborât***, am impresia că viaţa mă zdrobeşte şi am tendinţa să cad, în loc să stau în picioare. Pot ajunge chiar să mă opresc, să mă ***imobilizez***, nu mai am forţă se avansez, să mă ***mişc***. Astfel, boala se va manifesta mai întâi la picioare şi pot avea impresia că sunt strivit. Faptul de a-mi reduce capacitatea de a mă deplasa, de a merge, de a mă mişca, îmi poate da senzaţia că astfel sunt mai în siguranţă. Faptul de a nu mai putea merge mai departe, mă poate împiedica să fiu nevoit să fac faţă unei situaţii, pe care vreau să

---

[79] **Démyélinisation:** diminution de la myéline, substance protectrice composée de lipides (forme de gras) et de protéines entourant certaines fibres nerveuses

o evit cu orice preţ. Dacă, de exemplu, nu am capacitatea fizică de a repune pe picioare o companie aflată în dificultate, boala mă ajută să evit să am din nou un eşec în care mă devalorizez. Indiferent ce vârstă am, nu mi se dă voie să am proiecte, să mă dezvolt, să îmi exprim părerea. Iau asupra mea povara de a realiza dorinţele mamei mele sau ale tatălui meu: devin "braţele şi picioarele lor". Mă mişc repede, dat fiind faptul că sunt neputincios să joc acest rol. Ajung să nu mă consider destul de bun pentru ei. Apărarea mea în faţa acestor frici va consta în **a vrea să controlez totul,** a vrea ca totul să se petreacă aşa cum vreau eu.
Criticile, care de obicei sunt împotriva mea, îmi otrăvesc viaţa.
Cred că suferinţa face parte din viaţa mea de zi cu zi şi că nu merit să mă odihnesc. Fac eforturi pentru a mă depăşi şi, cu toate acestea, nu sunt suficiente. Corpul meu obosit refuză să mai ducă lupra aceasta şi îmi dă de înţeles că este posibil ca şi eu să am nevoie de ceilalţi şi că trebuie să învăţ să am încredere în ei. Mă opun fericirii şi valorizării mele. Mă neg pe mine însumi. Faptul că am fost umilit şi degradat mă face să cred că nu valorez mare lucru. Sunt ca un copac care cade. Mă simt ***abătut.*** Mă distrug atât de tare cu gândurile mele, iar acum boala mă distruge şi ea. Inflamaţia indică o furie arzătoare şi foarte emoţională, care îmi poate afecta întreaga existenţă. Îmi pot pune următoare întrebare: "Oare chiar îmi doresc să fiu liber cu adevărat ?" Poate, inconştient, vreau să mă răzbun astfel pe cineva, care ***gravitează*** în universul meu, dar care nu mi-a arătat destul de multă **iubire !** Această formă de cuşcă, în care se află corpul meu, mă protejează de faptul de a fi obligat să îmi exprim adevăratele sentimente ! Dacă tac astfel, mă simt obligat să merg într-o direcţie pentru a le face pep lac celorlalţi, în loc să avansez în direcţia în care vreau eu să merg. În loc să fiu în mişcare, să mă schimb, sunt în inerţie, stagnez. Deoarece nu mai vreau să simt nimic, nervii mei senzitivi sunt afectaţi de boală. Reprimarea emoţiilor poate duce la o incapacitate de a-mi schimba emoţiile şi poate provoca astfel o alterare musculară şi metală. Când sunt afectat de **scleroza în plăci**, devin dependent de ceilalţi. Devin asemenea unui copil, care vrea ca cineva să se ocupe de nevoile sale de bază. Trebuie să mă agăţ de ceilalţi, pentru a nu cădea, atât pe plan fizic, cât şi emoţional. Trebuie să mă întreb dacă, responsabilităţile mele de adult sunt prea greu de purtat. Poate prefer să mă întorc la o stare de dependenţă, în loc să fiu nevoit să fac tot timpul eforturi pentru a dobândi sau a păstra ceea ce am. Îmi era atât de bine când mama avea grijă de mine... O consideram *admirabilă*. Dar acum nu voi mai vedea niciodată blândeţea din ochii ei... Acum am impresia că viaţa mea este tot timpul agitată, în plină efervescenţă. Corpul meu îmi transmite mesajul să mă relaxez, să mă eliberez de aceste lanţuri. Soluţia se află numai în mine.

Accept↓♥ să am încredere în îndrumătorul meu interior şi recunosc în fiecare, prezenţa acestuia, care ne face pe fiecare dintre dintre noi să acţionăm cât putem mai bine. Astfel, voi arăta mai multă flexibilitate şi înţelegere. Accept↓♥ să dau un sens vieţii mele. Redevin stăpân pe viaţa mea şi îmi asum din plin sentimentele. Aprobarea celorlalţi nu mai este necesară. Îmi accept sentimentele interioare, acestea fac parte din mine. Las la o parte comentariile negative la adresa mea, atât pe cele din familie, cât şi pe cele din jurul meu. Îmi acord mai multă blândeţe. Urmez curentul vieţii şi bucuriile ei şi astfel voi ***evolua*** în mod armonios. Renunţ la rolul meu de clovn şi las să se vadă lumina mea interioară. Pacea mea interioară va deveni tot mai mare în fiecare zi.

1065. SCLEROZA — LATERALĂ AMIOTROFICĂ *Vezi: CHARCOT [BOALA LUI...]*

1066. SCOLIOZA *Vezi: COLOANA VERTEBRALĂ [DEVIERI ALE...] — SCOLIOZA*

1067. SCRÂSNIT DIN DINŢI *Vezi: DINŢI [SCRÂSNIT DIN...], MAXILARE [DURERE DE...]*

1068. SCRUPULE

Scrupulele apar în cazul unei persoane care simte o nelinişte faţă de propria sa conştiinţă. "Mă doare sufletul", sunt plin de îndoieli. Mă autoanalizez tot timpul. Acest lucru îmi scade nivelul de energie şi poate duce la apariţia sau la accelerarea îmbătrânirii.

Accept↓♥ să trăiesc în armonie şi să mă îndrept spre idei noi, astfel îmi regăsesc entuziasmul !

1069. SCURGERI VAGINALE *Vezi: LEUCOREE*

1070. SENECTUTE *Vezi: BĂTRÂNEŢE [AFECŢIUNI DE...]*

1071. SENILITATE

Dacă sunt o persoană în vârstă şi îmi sunt afectate facultăţile fizice şi psihice, se vorbeşte despre **senilitate**. **Senilitatea** este o boală care are legătură cu evadarea, cu **fuga** de ceva. Prin întoarcerea într-o stare asemănătoare cu copilăria, mă întorc la siguranţa pe care mi-o aduce acea stare. Aleg să îi las pe ceilalţi să se ocupe de mine, vreau să aibă grijă de mine. Mă simt neputincios pe mai multe planuri, mai ales în comunicarea foarte difcilă, cu ceilalţi. În loc să trăiesc în pasivitate, ca adult, prefer să fiu conisderat **senil** şi să îmi creez astfel un motiv întemeiat pentru ca ceilalţi să se ocupe de mine, să mă trateze ca pe un copil. Îmi pun întrebări de genul: Oare viaţa mea mai merită să fie trăită ? ce mai pot realiza acum ?

Dacă sunt afectat de **senilitate**, accept↓♥ să **conştientizez** faptul că nu este nevoie să fug nicăieri. Dacă vreau să am parte de atenţia atât de mult dorită, trebuie să o manifest eu însumi. Mă bucur de protecţia divină, trăiesc în pace şi în deplină siguranţă. În fiecare moment din viaţa mea, **conştientizez** forţa Universului. Îmi pot crea viaţa aşa cum vreau eu: trebuie doar să devin propriul meu stăpân şi să cer ajutot atunci când am nevoie, pentru a-mi îndeplini visele.

1072. SEPTICEMIE *Vezi: SÂNGE — SEPTICEMIE*

1073. SETE *Vezi şi: INSOLAŢIE, RINICHI [PROBLEME RENALE], SÂNGE — DIABET*

Setea este un fenomen natural, care contribuie la echilibrul subtanţelor din sistemul sanguin, precum sarea şi zahărul, printre altele. Când senzaţia de **sete**

este exagerată (polidipsie), gândurile mele sunt tulburate, inima bate foarte puternic, nu mai văd clar, am gâtul uscat și îmi este **sete**. Îmi lipsește ceva pentru a fi fericit. Să beau ! Pentru moment, setea se calmează, dar revine foarte repede, deoarece cauza este în mentalul meu. Este nevoie să descopăr această cauză: ce anume mă deranjează în viață ? Munca mea pare ceva plictisitor ? Ce gând sau ce frică îmi usucă gura sau spiritul ? Am impresia că îmi este sete de viață ? Ce mă nemulțumește, ce îmi lipsește și nu am nciodată destul ? Când voi găsi răspunsul, setea aceasta, în aparență de nepotolit, va fi controlată. Condimentele puternice sunt recunoscute pentru calitatea lor de a accentua dorința sexuală. Acest excitant, folosit adecvat, poate diminua **setea**. În schimb, o relație sexuală nesatisfăcătoare va avea ca efect creșterea senzației de sete, amplificarea sentimentului de lipsă. Pentru a umple această lipsă, dorința de a bea reprezintă nevoia mea de viață, deoarece apa este simbolul vieții. În cazul în care beau foarte puține lichide și îmi este rar sete, am prea multă salivă, înseamnă că sunt prea centrat pe mine însumi, pentru a vedea ceea ce se întâmplă în altă parte decât în "micul meu univers" și nu sunt suficient de deschis spre lumea exterioară.

Accept↓♥ să fiu mai deschis față de viață, față de **iubire**, pentru a găsi în sfârșit soluția de "a-mi potoli setea".

1074. SEXUALE (DEVIAȚII ȘI PERVERSIUNI ÎN GENERAL)

Atunci când sunt afectat de o **deviație sexuală**, acest lucru indică faptul că vreau să refulez sau să resping o parte importantă din mine și trăiesc tot timpul o luptă interioară.

Am fost rănit de multe ori în viața mea și nu îmi dau seama că deviața se datorează unei frustrări. Mă simt prizonier în suferința mea, din cauza educației mele stricte și a regulilor societății, a propriilor mele limitări și vreau să îmi amplific sentimentul de libertate și de putere.

Astfel, corpul meu îmi spune să accept↓♥ fiecare aspect din mine, pe care îl asociez unui defect. Fiecare ființă are o latură masculină și o latură feminină. Dacă sunt un bărbat, îmi accept↓♥ feminitatea și dacă sunt femeie, îmi accept↓♥ latura masculină. Devin modest și decid să mă afirm fără să îi rănesc pe ceilalți. Aleg să îmi unific întreaga ființă, deoarece fiecare parte din mine vrea să se exprime.

1075. SEXUALE (FRUSTRĂRI, LIPSA DORINȚEI...) *Vezi și: EJACULARE PRECOCE*

Fiind de multe ori influențat de o educație prea strictă cu privire la tot ceea ce înseamnă sexualitatea, cred sincer, că organele sexuale sunt ceva imoral și murdar. Sau este posibil să sufăr de un complex legat de performanță și cu cât vreau să îmi îmbunătățesc această performanță, cu atât voi reuși mai puțin. Este posibil să port pică persoanelor de sex opus și faptul de a-mi nega sexualitatea sau de a refuza să o manifest, este o modalitate de a mă răzbuna: "nu le voi oferi nicio plăcere, ei sau ele nu merită acest lucru !" Astfel, mă pedepsesc pe mine însumi și mă privez de nevoile mele vitale. Poate fi vorba și despre **diminuarea sau absența dorinței sexuale** (**anafrodizia**). Decepțiile mele și lipsa mea de interes față de viață mă determină să trăiesc același lucru și la nivelul sexualității. Poate fi vorba despre un anumit grad de disperare, cauzat de negativitatea mea față de mine însumi și față de ceilalți.

Este preferabil să accept↓♥ să-mi trăiesc într-un mod sănătos sexualitatea, deoarece face parte din calitatea vieții mele. Îmi acord timp pentru lucrurile care îmi fac plăcere, care îmi oferă satisfacție. Pofta mea de viață și pentru lucrurile bune se va trezi astfel, la fel ca și cea pentru relațiile intime și sexuale.

1076. SEXUALĂ (HĂRȚUIRE...)

Dacă trăiesc o situație de **hărțuire sexuală**, acest lucru indică faptul că trăiesc multe frici, uneori inconștiente și mă las manipulat de tandrețe sau de o altă formă de **iubire.** Pot, inconștient, să am o nevoie atât de mare de afecțiune, încât acest mesaj poate fi perceput, de cineva din exterior, în sens negativ. Ceilalți pot crede că sunt disponibil sau interesat, în timp ce este vorba doar de nevoia mea de atenție și de a fi iubit.

Accept↓♥ să mă fac respectat ca persoană. Trebuie mai întâi să identific sursele care determină această situație, pentru a-mi recăpăta puterea și a-mi continua viața "mai normal".

1077. SFORĂIT

Zgomotul pe care îl scot când respir în timpul somnului sau care provine de la un obstacol de pe căile nazale sau laringe, se numește **sforăit.** În cazul în care sforăi, trebuie să îmi pun următoarele întrebări: oare mă agăț de vechile mele idei, de atitudinile mele sau de bunurile materiale ? Mă încăpățânez să rămân într-o relație sau într-o situație, care nu mai este bună pentru mine ? Sunt obosit ? Stagnez în vechile mele modele de viață, ceea ce îmi îngrădește libertatea ? Dacă am sinusurile înfundate, mă întreb care este lucrul pe care îl respir greu în timpul nopții (de exemplu, mirosul partenerului meu, un parfum etc.) Sau poate, vreau să îl "prind" pe partenerul meu, care doarme lângă mine și să înlătur distanța care ne separă (atât pe plan fizic, cât și emoțional). Prin urmare, încerc să mă apropii de el. Sau poate încerc să îi spun, în timpul nopții, tot ceea ce nu am reușit să exprim în timpul zilei ? Dacă nu mă simt înțeles în cererile mele, am tendința de a **sforăi** și inconștientul meu continua să se exprime în timpul nopții, deoarece nu pot să mă exprim altfel. Mă simt prins într-o capcană, în relație cu partenerul meu sau în altă relație personală. Este important să văd dacă **sforăitul** se produce când inspir sau când expir aerul: dacă are loc în timpul **inspirației**, este un strigăt de ajutor, iar dacă are loc în timpul **expirației**, înseamnă că vreau să îndepărtez un pericol.

Accept↓♥ să învăț să mă detașez și să fac loc lucrurilor noi. Învăț să comunic clar și fără subînțelesuri sau ambiguități. Sunt deschis față de schimbare și lucruri noi.

1078. SIDA (SINDROMUL IMUNODEFICIENȚEI DOBÂNDITE)

În cazul în care sunt purtătorul virusului HIV (virusul imunodeficienței umane) și starea mea de sănătate este bună, se spune pur și simpu că sunt, **seropozitiv** și, este posibil, să nu dezvolt niciodată boala. Dacă însă sistemul meu imunitar slăbește din cauza virusului HIV, se poate spune că am această boală, SIDA. Dacă sunt afectat de această boală, sistemul meu iminitar are un deficit de celule T (limfocite sau variante ale globulelor albe din sânge și din limfă) și devine incapabil de a mă proteja împotriva unor afecțiuni precum pneumonia sau cancerul. Virusul care produce SIDA este transmis prin sânge (sânge contaminat în timpul unei transfuzii de sânge, printr-o seringă infectată sau o rană care intră în contact cu sângele infectat etc.) sau prin contact sexual. Glanda timus (situată în fața traheei) locul în care se formează celulele de tip T este afectată de boală și astfel energia **inimii♥** și întreg corpul vor fi afectate. Difuzarea celulelor infectate în lichidul extracelular, mai ales în sânge, corespunde energiei emoționale. Sângele în legătură cu **inima♥** simbolizează **iubirea** și suferințele, creativitatea. Astfel, sistemul meu emoțional este în dezechilibru și incapabil să se exprime liber. **Trăiesc o mare culpabilitate față de iubire, am impresia că nu sunt la înălțimea așteptată.** Corpul meu devine slăbit și tot mai vulnerabil în fața invaziilor exterioare. Este ca și cum, sistemul meu imunitar nu ar mai putea face diferența între ceea ce este bun pentru mine și ceea ce nu este bun. Este important să **conștientizez** faptul că îmi refulez emoțiile, precum frica și furia, că îmi neg întreaga ființă și sunt pe care să mă distrug în totalitate. Reprimării sentimentelor se adaugă, de obicei, o culpabilitate profundă, care mă roade în interior. Nu mă respect aproape deloc și îmi este frică de judecata celorlalți. Și, bineînțeles, pentru că nu îmi place felul în care mă văd ceilalți, este posibil să fac parte dintr-un grup social, care este foarte des criticat, judecat, chiar neînțeles de ceilalți, de exemplu, pot fi homosexual, toxicoman, de rasă neagră, prostituată etc. (categorii care sunt cele mai expuse infectării cu HIV și care sunt victime ale discriminării, de către restul societății. **Incapacitatea mea de a mă iubi și a mă accepta↓♥ așa cum sunt determină faptul că nu reușesc să mă protejez**, mă simt fără apărare, la fel ca tunci când eram copil. Forța mea interioară care, în mod normal, se sprijină pe **iubire**, pe aceptare↓♥ și pe o dorință puternică de a trăi, este acum slăbită și se distruge treptat. **Chiar și inconștient, moartea poate părea o soluție pentru disperarea mea.** Îmi este rușine de mine însumi, nu mai sunt în contact cu propriile mele emoții, este un gol total. A trecut mult timp de când am impresia că nu mai am nicio autoritate asupra vieții mele. Sunt incapabil să cer ajutor celor apropiați, indiferent de doemniul în care am nevoie. Boala aceasta poate este singura modalitate de a avea parte, în sfârșit, de atenția și de **iubirea** părinților mei. Mă consider o rușine pentru familia mea și ar fi mai bine să dispar... Astfel nu aș mai fi o sursă de suferință pentru ei, deoarece nu sunt conform așteptărilor lor. Integritatea mea este atinsă. Este important să fiu **conștient** de faptul că, virusul HIV este transmis prin sânge sau prin spermă, în timpul relațiilor sexuale, ambele simbolizează viața (o transfuzie de sânge poate salva o viață și, prin actul sexual, pot da viață, pot continua linia de sânge). Ambele sunt acte de **iubire** necondiționată. Și atunci cum este posibil, ca prin aceste acte, să poată fi transmisă "moartea" ? Unde a avut loc ruptura interioară de **iubirea** din mine, ruptură care a permis virusului să se instaleze și să fie stăpân în corpul meu ? De ce am devenit propriul meu parazit, în loc să fiu cel mai bun prieten al meu ? Descopăr faptul că trăierea unei experiențe sexuale poate fi un fapt plin de revelații emoționale. Chiar și pe plan spiritual, o experiență sexuală mă poate face să trăiesc evenimente benefice atunci când energia sexuală se deschide, din chakra de bază, care este sursa elanului meu spiritual. Dacă însă această energie este prost folosită, doar pentru automulțumire și complezență, se poate întoarce împotriva mea. Fără o sinceră manifestare de puritate, se poate transforma într-o energie bolnavă. Învăț să recunosc energiile din mine și le folosesc pentru evoluția mea.

Accept↓♥ să am grijă de mine, am încredere în mine și învăț să îmi iubesc fiecare parte din mine. Trebuie să renasc din nou și, de aici înainte, accept ↓♥ să trăiesc pentru mine și să fiu fericit. Accept↓♥ cine sunt, adică o ființă divină și extraordinară. Dacă am copii, toate acestea îi vor ajuta să devină la rândul lor stăpâni pe viața lor și să își dezvolte și să-și accepte↓♥ ființa, în totalitatea ea.

1079. SIFILIS *Vezi: VENERICE [BOLI...]*

1080. SINCOPĂ *Vezi: CREIER — SINCOPĂ*

1081. SINDROMUL BĂUTORILOR DE LAPTE *Vezi: BĂUTORI DE LAPTE [SINDROMUL...]*

1082. SINDROMUL[80] LUI BURNETT *Vezi: BĂUTORI DE LAPTE [SINDROMUL ...]*

1083. SINDROMUL CANALULUI CARPIAN *Vezi: CRAMPA SCRIITORULUI*

1084. SINDROMUL LUI CUSHING *Vezi: CUSHING [SINDROMUL LUI...]*

1085. SINDROMUL DOWN *Vezi: MONGOLISM*

1086. SINDROMUL LUI GÉLINEAU *Vezi: NARCOLEPSIE*

1087. SINDROMUL LUI GUILAIN-BARRÉ SAU POLIRADICULONEVRITA ACUTĂ *Vezi și: SISTEM IMUNITAR*

Sindromul Guilain-Barré[81] se caracterizează prin inflamația și demielinizarea (lipsa de mielină[82]) a numeroaselor rădăcini nervoase. Această inflamație este uneori continuarea unei boli infecțioase sau virale sau a unei vaccinări, cel mai adesea, se pare că rezultă dintr-un dezechilibru imunitar. Este localizată mai ales pe partea inferioară a corpului, dar poate afecta toate rădăcinile nervilor rahidieni şi cranieni. În acest caz, mă aflu într-o situaţie în care am impresia că sunt spionat; ceva sau cineva se camuflează ca un cameleon şi vor să mă atace.Sunt tot timpul nervos, în alertă, stau la pândă, nu am încredere în nimeni, mă simt neputincios, deoarece nu îmi cunosc adeversarul, care oricum, se presupune că ar trebui să mă protejeze. Există "un chip cu două feţe", ca şi mine uneori şi acest lucru mă deranjează. Devin hipersensibil la tot ceea ce este în jurul meu, pentru a evita pericolul şi mă simt neputincios să reacţionez, deoarece nu ştiu de unde va veni acel atac. Este posibil să îmi port pică deoarece am spus sau am făcut ceva şi am un sentiment de culpabilitate. Am impresia că am trădat pe cineva sau că am fost trădat... Pot descoperi informaţii care mă vor oblige să exclude pe cineva din viaţa mea. A fost tăiat un contact între mine şi cineva sau o situaţie. Pierderea unui prieten bun mă sperie şi este posibil să reacţionez având relaţii sueperficiale cu oamenii, pentru a-mi proteja astfel sensibilitatea. Această ruptură poate fi şi faţă de mine însumi, deoarece există un conflict între individualitatea mea şi **sufletul** meu: uneori mă neg pe mine însumi.

---

[80] **Sindrom:** un **sindrom** nu este o boală în sine, ci un ansamblu de simptome, a căror cauză nu se cunoaște exact. În acest caz este vorba de persoane care beau prea mult lapte !

[81] **Guillain** (Georges), **Barré** (Jean-Alexandre), **Strohl** (André): medici francezi care au arătat în anul 1916 anomalia caracteristică creșterii numărului de proteine din lichidul cefalo-rahidian, în cazul a doi soldați cu paralizie generală tranzitorie

[82] **Mielina:** este o substanță albă din fibrele nervoase care intră în componența nervilor sistemului cerebro-spinal (considerată măduva nervilor)

Accept↓♥ să conştientizez şi să înţeleg de ce minciuna şi îndoiala sunt prezente în viaţa mea şi, începând de acum voi trăi în adevăr, în fiecare moment, indiferent dacă va fi faţă de mine sau faţă de ceilalţi. Astfel voi putea dezvola relaţii sincere, profunde şi durabile cu ceilalţi. Am o protecţie naturală şi viaţa mea devine tot mai calmă şi mai luminoasă.

1088. SINDROMUL IMUNODEFICIENŢEI DOBÂNDITE *Vezi: SIDA*

1089. SINDRMUL MARFAN

Boală de tip ereditar, care atinge fibrele ţesutului conjunctiv, responsabil de anomaliile ocular şi cardiac. Această boală se întâlneşte la persoanele de talie înaltă cu articulaţii foarte suple, care prezintă anomalii cardiace şi în special ale aortei . Există oare secrete de familie care au fost ascunse de mine? Există o legătură care nu a fost stabilită cu trecutul. Calea inimii a fost blocată prin lipsă de comunicare. Care este motivul care mă împiedică să comunic cu părinţii mei sau alţi membri ai familiei extinse?

1090. SINDROMUL DE OBOSEALĂ CRONICĂ *Vezi: OBOSEALĂ CRONICĂ [SINDROM DE...]*

1091. SINDROMUL PREMENSTRUAL *Vezi: MENSTRUAŢIE— SINDROM PREMENSTRUAL*

1092. SINDROM RESPIRATOR ACUT SEVER (S.R.A.S.) SAU PNEUMOPATIE ATIPICĂ *Vezi şi: PLĂMÂNI — PNEUMONIE, RESPIRAŢIE*

Sindromul respirator acut sever (S.R.A.S.) denumit şi **pneumopatie atipică**, este o infecţie pulmonară gravă, caracterizată prin apariţia bruscă a unei febre de peste 38° C, însoţite de alte simptome respiratorii precum tuse, sufocare sau dificultăţi de respiraţie. Îmi este frică, respir greu, mă sufoc, am febră. Temperatura urcă în mine, atunci când mă simt blocat într-o situaţie, în cuplu, la sreviciu sau în altă parte. Ştiu că spaţiul meu vital trebuie revizuit, deoarece situaţia în care mă aflu acum, mă sufocă. Îmi este teamă să mă fixez undeva, fricisă-mi iau un angajament. Mă simt invadat din toate părţile de oameni care îmi otrăvesc existenţa. Este foarte urgent să **conştientizez** aceste lucruri, pentru a mă elibera de frici şi a-mi asuma din plin existenţa. Îmi analizez fricile legate de angajament.

Accept↓♥ să descopăr situaţiile în care îmi pot găsi locul cuvenit şi mai este timp să mă dezangajez, să mă eliberez şi să rup sau să schimb ceva în comportamentul meu. Învăţ să aleg în funcţie de nevoile mele şi îmi regăsesc în armonia, respir cu toată forţa.

1093. SINDROM DE SUPRAUTILIZARE *Vezi şi: SPATE [AFECŢIUNI ALE...], INFLAMAŢII, TENDOANE*

Sindromul de suprautilizare este o afecţiune care apare mai ales la **muzicieni.** Se caracterizează prin inflamaţia tendoanelor de la degete, de la încheieturi, de la coate şi uneori, de la umeri sau de la gât. Poate provoca şi dureri de spate. Se spune că poziţiile inconfortabile pot face ca 53 % dintre muzicienii unei orchestre să sufere de dureri de spate. În cazul în care sunt **muzician**, sunt adeseori prins în spaţii închise şi strâmte, cu un confort prea puţin adaptat la natura meseriei. Când umerii mei sunt afectaţi, este posibil ca, lungile ore de practică să mă determine să consider munca foarte greu de suportat. Nesiguranţa locului de muncă şi competiţia foarte dură din acest medium mă fac să trăiesc frici puternice şi nu mă simt suficient de susţinut; şi de aici provin durerile mele de umeri.

Accept↓♥ să fiu flexibil şi să îmi armonizez energia mentală şi spirituală atunci când tendoanele mele sunt afectate. Fiecare parte din corp îmi trimite un mesaj despre ceea ce trăiesc. Chiar dacă afecţiunea poate părea să aibă o legătură cu profesia mea de muzician, totuşi, nimic nu este întâmplător. Identific partea implicată pentru a face **conştientizarea** şi a mă simţi mai bine în ceea ce fac.

1094. SINDROMUL UNGHIILOR GALBENE *Vezi: UNGHII GALBENE [SINDROM AL...]*

1095. SINDROMUL DE TUNEL CARPIAN *Vezi: ÎNCHEIETURA MÂINII — SINDROMUL DE TUNEL CARPIAN*

1096. SINUCIDERE *Vezi şi: ANGOASĂ, ANXIETATE, MELANCOLIE*

Dacă mă gândesc la sinucidere, iau decizia de a mă autodistruge. Mă simt golit de energie. Această idee îmi bântuie gândurile tot timpul. Devin melancolic, solitar, plin de amărăciune. Nu mai reuşesc să am un contact cu lumea exterioară, trăiesc în peştera mea, în cre nu la pe nimeni să intre, deoarece "nimeni nu mă înţelege". Suferinţa mea este atât de mare, încât nu mai văd **lumina**. Este o suferinţă insuportabilă. **Sinuciderea are legătură cu evadarea, cu fuga.** Mă pot întreba de ce anume vreau să fug, de durerea mea interioară, de responsabilităţile mele, de golul meu interior, de lipsa mea de **iubire** etc. Dacă consum droguri, alcool şi am o alimentaţie săracă în nutrienţii esenţiali pentru echilibrul meu interior, pentru sistemul meu nervos, pot, în anumite condiţii, să am idei legate de sinucidere. Sau, mă pot gândi la sinucidere atunci când vreau să pedepsesc pe cineva, el sau ea vor purta astfel culpabilitatea de a nu mă fi iubit destul.

Accept↓♥ să am încredere, închid ochii: lumina este în inima mea♥. Vorbesc cu cineva despre problemele mele sau scriu despre toată depresia pe care o trăiesc și cer ajutor celorlalți.

1097. SINUS PILONIDAL *Vezi și: SPATE / [AFECȚIUNI ALE...] / PARTEA INFERIOARĂ A SPATELUI, INFECȚII [ÎN GENERAL]*

Sinusul pilonidal este o infecție a **sistemului pilos**, la nivelul mușchiului de lângă coccis, la baza coloanei vertebrale. În cazul în care sunt afectat de această boală, trăiesc o frustrare, iritare sau revolt față de o situație în care nevoile mele de bază sunt în pericol și nu mai pot fi împlinite așa cum vreau eu. Această stare de "lipsă" îmi poate aminti o situație din copilărie sau chiar din perioada intrauterină, când am avut impresia că îmi lipsea ceva sau cineva, vital pentru mine, în acel moment. Poate fi vorba despre un element fizic, de exemplu, un loc cald în care locuiam, haine confortabile, toate acestea fiind legate de planul afectiv, de **iubirea** și de tandrețea părinților mei.

Oricare ar fi acea situație, este important să accept↓♥ să îi cer Universului să mă ajute, astfel încât toate nevoile mele de bază să fie împlinite și să am deplină încredere în el. Trebuie să accept↓♥, de asemenea, faptul că am trăit o lipsă când eram copil, iar această situația a existat pentru a mă învăța să îmi dezvolt încrederea și să apreciez tot ceea ce am avut și ceea ce am astăzi și să **conștientizez** acest lucru.

1098. SINUZITĂ *Vezi: NAS — SINUZITĂ*

1099. SISTEM IMUNITAR *Vezi și: SIDA*

Apărarea organismului este asigurată de **sistemul imunitar**, care este esențial pentru a mă proteja de agresiunile din exterior, precum bacteriile, virușii, ciupercile microscopice și orice alte probleme. Sistemul imunitar recunoaște celulele străine, agenții infecțioși patogeni, dar și celulele dintr-un alt organism și astfel poate respinge implanturile. Fără o funcționare bună și completă a acestui sistem, aș fi mort. **Sistemul imunitar** este în relație directă cu stările mele emoționale și o suferință puternică pe care o trăiesc, poate reduce mult forța acestuia. Celulele imune se dezvoltă la început în măduva osoasă și cele care se transformă în celule T sunt transportate, la maturitate, până la glanda timus, situată lângă inimă♥. Celulele T joacă un rol primordial în identificarea și eliminarea celulelor sau substanțelor străine și nocive pentru corp; trebuie să fie, de asemenea, capabile să recunoască ceea ce este bun pentru organism. În scopul de a-mi menține corpul într-o stare de sănătate cât mai bună, celulele T diferențiază, discern, tolerează sau resping, la nevoie elementele străine. **Sistemul imunitar** se ocupă de **sistemul de referință** și deci, de ceea ce sunt, de individualitatea mea. Îmi păzeste fortăreața (fizică și emoțională) și își folosește rezistența pentru a combate agenții periculoși. Localizarea glandei timus, față de inimă♥ mă face să **conștientizez** și mai bine relația existentă între corp și spirit. **Sistemul imunitar** răspunde sentimentelor și totalității gândurilor mele, fie că sunt pozitive, fie că sunt negative. Astfel, toate gândurile legate de furie, de supărare, de ură, de resentimente și de autodistrugere vor avea tendința de a slăbi sistemul imunitar. Pe de altă parte, orice gânduri de **iubire**, de armonie, de frumusețe și de pace interioară vor avea tendința de a întări **sistemul imunitar**. Timusul este glanda endocrină care are legătură cu chakra (centrul de energie al) **inimii♥**. Așadar, când sistemul meu imunitar este atins, nevoia mea de **iubire** este, de asemenea, foarte mare. Creierul este și el foarte legat de sistemul imunitar și anumite stări de pirit au un efecta puternic care poate afecta funcționarea sistemului. Conștientizez faptul că, sistemul meu imunitar poate fi foarte ocupat să înlăture propriile mele gânduri negative (inamicul interior) în loc să elimine agresiunile din exterior (inamicul exterior). Acest sistem poate slăbi dacă principala mea preocupare este să mă îndoiesc de locul și de respectul pe care mi le acord. Acest lucru își poate avea originea în copilăria mea, în relație cu unul dintre părinți: simțeam că ***cuibul*** meu era în pericol, aveam impresia că un vânt de nebunie plana deasupra casei. Mă aflu într-o dinamică de autodistrugere emoțională. Mă uit pe mine însumi, mă consider mai puțin important decât ceilalți, negând astfel cine sunt și nu îmi exprim adevăratele nevoi ? Mă întreb ce valorez și ce le pot oferi celorlalți ? Viața mea este plină de condiții pentru a îndeplini lucruri sau pentru a fi fericit, pur și simplu. Mă resemnez prea ușor în fața obstacolelor care se ridică în fața mea, deoarece nu îmi mai doresc să trăiesc. Nu mai am niciun motiv să mă apăr. Deoarece nu sunt capabil să văd ceea ce este bun sau rău pentru mine, să identific clar cine sunt față de ceilalți, fără să judec și fără autocritică, **sistemul imunitar** nu mai poate să mă protejeze. Nici măcar nu mai știe dacă trebuie să își facă treaba, pentru că eu nu mai arăt nicio dorință intensă de a trăi.

Accept↓♥, începând de acum, să identific emoțiile pe care le trăiesc, oricare ar fi acestea. Începând de acum îmi formez obiceiul de a mă debarasa de deșeurile care mă împiedica sau pot diminua eficiența **sistemului meu imunitar.** Mă ocup de sentimentele de tristețe, de singurătate, de abandon, de devalorizare etc. și încerc, prin intermediul situațiilor în care trăiesc acdeste emoții, să văd mesajul sau lecția de viață pe care o am de învățat. Astfel, restabilesc echilibrul dintre viața mea interioară și cea exterioară și sistemul imunitar devine pe deplin funcțional. Mă detașez de valorile și de așteptările societății și îmi construiesc propriile mele perefrințe. Astfel mă conectez la puterea mea creatoare și de vindecare, care îmi hrănește și îmi întărește imunitatea naturală. Îmi descopăr bogăția interioară. Iau decizia de a învăța să mă simt bine cu mine însumi și sunt mai în măsură să am o viață socială mai bogată și fondată pe adevăratele valori.

1100. SISTEM LOCOMOTOR *Vezi și: OASE*

Sistemul locomotor este legat de mobilitatea mea și de flexibilitatea mea, precum și de deschiderea mea interioară și exterioară. Cuprinde oasele, mușchii, tendoanele și ligamentele. Structura care susține întreg corpul este formată de oase. **Oasele simbolizează principiile mele morale, structura mea, onestitatea, verticalitatea, stabilitatea.** Când devin prea rigid în gândurile mele, oasele mele devin de asemenea rigide și există riscul de a se sparge foarte ușor. **Extremitățile corpului meu și ale mușchilor simbolizează acțiunea și mișcarea.** Cu ajutorul mâinilor pot "prinde" lucrurile și le pot reține. **Picioarele mă ajută să avansez în viață.** O dificultate legată de mișcare indică o frică de a progresa. O lipsă de modetsie sau un refuz de a fi flexibil sau de a-mi recunoaște greșelile are ca efect o durere la articulația genunchiului. Picioarele reprezintă stabilitatea. Cu ajutorul lor păstrez contactul cu pământul, "sunt cu picioarele pe pământ". Fiecare parte a corpului meu mă ajută să-mi **conștientizez** felexibilitatea sau rigiditatea.

Accept↓♥ să mă simt liber în mișcările mele și să îmi ascult corpul, deoarece el este indicatorul stării mele interioare.

1101. SISTEM LIMFATIC *Vezi și: GANGLIONI [LIMFATICI]*

Sistemul limfatic este compus din ganglioni și vase care transportă limfa până la curentul sanguin. Joacă un rol important în funcționarea sistemului imunitar. **Sistemul limfatic** funcționează, într-un anumit fel, în paralel cu sistemul sanguin. Este legat mai mult de partea emoțională, afectivă a ființei mele, de umori[83]. Dacă sistemul limfatic este legat mai mult de partea afectivă a corpului meu energetic sau astral, sistemul nervos este legat de gânduri. **Iubirea** este cea mai bună modalitate de a păstra sistemul limfatic sănătos și eficient.

1102. SISTEMUL NERVOS *Vezi și: NERVI [ÎN GENERAL]*

Sistemul nervos este format din nervii și din centrele nervoase care folosesc la coordonarea și la comanda diverselor părți din corp (emisie) precum și la receptarea informațiilor senzoriale, psihice și intelectuale. Sistemul nervos este direct legat de gândurile mele în raport cu partea corpului meu energetic sau mental. Este sistemul de conectare electrică pe plan fizic, care ajută gândurile să acționeze în această lume. Sistemul nervos este afectat (**neuropatie**) atunci când acord prea mare atenție părții mele raționale, în detrimentul emoțiilor și al intuiției mele. Totul este gândit, analizat, programat, organizat în viața mea și îmi este greu să fac loc pentru spontaneitate, pentru plăcere, bucuria de a trăi, emoțiile pe care am tendința de a le reprima. Trăiesc multă tensiune interioară, am dificultăți în a gestiona situațiile pe care le trăiesc în fiecare zi. Neuronii mei se "supraîncălzesc". Accept↓♥ să învăț să îmi umanizez comunicarea și relațiile interpersonale pentru a **conștientiza** pe deplin emoțiile pe care le am. Astfel voi putea să îmi trăiesc din plin viața, într-un mod echilibrat.

1103. SLĂBICIUNE (STARE DE...) *Vezi și: ASTENIE NERVOASĂ*

Am o stare de **slăbiciune** atunci când simt o lipsă de forță în general. Pot de asemenea să am senzația că îmi voi pierde **cunoștința**. Sunt hipersensibil și

---

[83] **Umori:** lichide organice din copul uman

trăiesc un conflict sau o emoție puternică. **Conștientizez** ceea ce se întâmplă, dar nu vreau să fiu acolo și să înțeleg ce se întâmplă. Simt nevoia să mă întind pentru a îmi "recăpăta simțurile". Această **slăbiciune** poate proveni dintr-o situație față de care am un mare disconfort, deoarece nu știu cum să mă poziționez. De multe ori este implicat un membru al familiei mele. Este ca și cum altcineva ar avea controlul asupra celei situații și eu nu pot face nimic, ceea ce îmi conferă un puternic sentiment de neputință. Simplul fapt de a mă gândi la acest lucru poate declanșa o **stare de slăbiciune**, care este o formă de a fugi. Acest fapt scoate în evidență indiferența mea față de viață, lipsa mea de interes. Trăiesc în rutină, atât la muncă cât și în viața personală și mă simt slab față de tot ceea ce este în jurul meu.

Accept ↓♥ să fac față realității cu forță și curaj. Sunt conștient de faptul că pot alege să mă poziționez sau să îi las pe ceilalți să ocupe mai mult loc: doar de mine depinde să fac ceea ce este necesar. Îndrăznesc să exprim ceea ce simt pentru a-mi recăpăta locul cuvenit. Fac alegerea potrivită pentru binele meu și cel al apropiaților mei. Mă înconjor de **lumină**, mă las cuprins de **iubire.**

1104. SLĂBIREA *Vezi:.și: ANOREXIE, EXCES DE GREUTATE)*

O subalimentare poate antrena **slăbirea**, iar un consum excesiv de alimente se transformă în **obezitate.** În ambele cazuri, intestinul gros asimilează prost alimentele.

Nervozitatea, anxietatea, consumul de medicamente, marile frici sau marile bucurii sunt factori ce fac ca o persoană să se îngrașe sau să slăbească. Dacă sunt o persoană **slabă**, sunt adesea foarte emotivă și cu o mare sensibilitate și nu știu întotdeauna cum să-mi exprim sentimentele, căci, fiind deja rănită, vreau să mă protejez pentru a nu mai suferi datorită sarcasmului celor din jur. Am tendința de a mă respinge sau de a mă înverșuna împotriva anumitor lucruri sau persoane. Disprețuiesc ușor ceea ce este în jur și păstrez o anume distanță față de alții. Pot avea senzația că trebuie să fug, să abandonez ceva sau pe cineva pentru a supraviețui, trăind astfel impresia de lașitate. Pot avea impresia că sunt abandonat. În anorexie există adesea o legătură cu mama sau cu imaginea mamei. Aceeași sensibilitate se regăsește și la o persoană cu un exces de greutate, ea încercând să creeze o protecție, o barieră prin intermediul fizicului său foarte impozant. Oamenii anorexici refuză să trăiască, preferă mai degrabă să moară decât să accepte iubirea. Obezitatea are o legătură cu imaginea de sine și adesea, cu imaginea tatălui. Atât într-un caz cât și în celălalt, trebuie să găsesc modul de a asimila viața în manieră sănătoasă și echilibrată.

Acceptându-mă↓♥ așa cum sunt, mă pot lega și reconecta cu ceilalți într-o manieră conștientă, care-mi va încalzi inima.

1105. SOMN (BOALA SOMNULUI...) *Vezi: NARCOLEPSIE*

1106. SOMN (TULBURĂRI DE...) *Vezi: INSOMNIE*

1107. SOMNAMBULISM (SOMNAMBUL)

Atunci când sunt somnambul, ***mă plimb*** de colo-colo, fiind adormit, fără să fiu conştient de acest lucru. Acest lucru simbolizează faptul că, trăiesc o tensiune interioară foarte puternică, uneori inconştientă. Incerc să fug de o situaţie, care mă preocupă foarte tare. Mă "exprim" astfel pentru a lăsa să iasă această tensiune. De multe ori, experimentez o stare (chiar inconştient) de a fi "în afara corpului meu". Când se întâmplă acest lucru, corpul meu astral îmi conduce corpul fizic, pentru a ieşi "în afara corpului meu". De aceea, când sunt somnambul pot merge cu ochii închişi şi pot "vedea" totuşi obstacolele, deoarece le văd cu vederea corpului meu astral. Gândesc prea mult şi trăiesc multe dualităţi. Mă simt strivit de "trebuie". Este ca şi cum aş trăi într-o închisoare din care, nopatea, vreau să evadez. Mă simt o povară pentru familia mea sau pentru societate. Îngrijirile de care am nevoie mă apasă foarte tare. Nu vreau să fiu găsit... Trăiesc în globul meu de sticlă, departe de ceilalţi. Nu prea am încredere în mine şi este greu să merg înainte în viaţă (merg în întuneric), pentru că nu am încredere în vocea mea interioară.

Pentru a ameliora această stare din viaţa mea, accept↓♥ să comunic mai mult ceea ce trăiesc în relaţie cu partenerul meu, cu părinţii, cu un prieten sau pur şi simplu, să scriu toate acestea. Astfel îmi pot regăsi calmul interior şi pot să îmi reglez somnul. Trăiesc într-un mod mai spontan. Îmi manifest creativitatea, las să se exprime energiile refulate şi ştiu că pot avansa în viaţă cu încredere.

1108. SOMNOLENŢA

Somnolenţa este legată de ficat, care poate lucra mai lent. Pot să am o stare de somnolenţă, după o masă consistentă. Este un mod plăcut de a prelungi momentul. Nu mă mai gândesc la nimic, mă las dus de viaţă. Totuşi, această stare poate indica şi o digestie lentă şi, în acest caz, trebuie să mă întreb ce anume este greu de digerat în viaţa mea actuală. Este foarte normal să Vezi: un bătrân care adoarme în timpul zilei, deoarece a ajuns în ultima parte a vieţii sale. Stă liniştit, obosit, aşteptând moartea. Dar, dacă sunt un adult şi mi se întâmplă des să am o stare de **somnolenţă**, în timpul zilei, inconştient, poate fi un semn că refuz viaţa, mă ascund, fug pentru a nu mai fi nevoie să fac alegeri, să iau decizii, să acţionez. Sunt moale, inactiv, greoi. Mă închid în cochilia mea şi am multe momente de introspecţie.

Accept↓♥ să reiau contactul cu viaţa, să devin actor şi creator al vieţii mele. Dacă nu fac acest lucru, este posibil să acumulez frustrări.

1109. SPASM

Un **spasm** se produce atunci când unul sau mai mulţi muşchi se contractă şi se dilată, în mod involuntar şi aritmic. **Spasmele** sunt ca un nod. Mă crispez, vreau să reţin **iubirea,** îmi este teamă că voi pierde o persoană pe care o iubesc atât de mult. Aceste **spasme** creează în mine un sentiment de nelinişte, de neputinţă. Acest nod de suferinţă, pe care nu reuşesc să îl controlez provine dintr-o mulţime de nemulţumiri sau iritări, care dau un gust amar vieţii mele. Mentalul se relaxează în timpul nopţii, iar acesta este unul dintre motivele **spasmelor nocturne.** Trăiesc emoţii şi culpabilitate legate de sexualitate.

Recunosc faptul că acest nod mă sufocă şi accept↓♥ să mă detaşez pentru a păstra **iubirea** în jurul meu.

1110. SPASMOFILIE Vezi şi: TETANIE

Spasmofilia este un sindrom legat de o stare de hiperexcitabilitate neuromusculară cronică. Când sunt afectat de spasmofilie, înseamnă că mă deprim foarte uşor şi consider fiecare eveniment al vieţii mele, o dramă. Trăiesc o stare de nesiguranţă şi îmi este greu să-mi gestionez emoţiile şi comportamentele în relaţie cu influenţele exterioare.Mă gândesc la tot felul de probleme, fie că sunt ale mele, fie că sunt ale altora. Am o mare dificultate de a mă relaxa, de a aprecia viaţa din plin. Cum trebuie să mă poziţionez ? Care este locul meu pe pământ ? Sunt deconectat de nevoile mele şi sunt plin de supărare. Fac pe surdul faţă de exterior şi îmi lipseşte **iubirea** faţă de mine însumi. Astfel resping iubirea celorlalţi. Este ca şi cum, corpul meu ar vrea să exprime ceva ce am reprimat tot timpul. Sunt nefericit şi neputincios faţă de incapacitatea mea de a mă exprima prin cuvinte sau prin gesturi. Mă decid să îmi relaxez mentalul şi să nu mai întreţin dramele, pentru a participa la mişcarea vieţii şi a face loc lucrurilor noi.

Accept↓♥ să respir viaţa din plin, să îmi exteriorizez suferinţele, durerile şi tot ceea ce trebuie să iasă din mine, pentru a fac loc calmului, păcii interioare şi blândeţei. Accept să îmi acord bucurii, să mă relaxez, să petrec momente frumoase şi să consider situaţiile care apar, ca pe o experienţă. Astfel, voi participa din plin la toate frumuseţile acestei lumi şi voi voi vedea viaţa ca pe o aventură palpitantă, plină de bucurii şi de fericire.

1111. SPATE (în general)

Spatele reprezintă **sprijinul şi suportul vieţii.** Este partea corpului care mă protejează dacă mă simt neputincios faţă de persoană sau o situaţie " întorc spatele". Dacă povara mea este prea grea, dacă nu am sprijin şi nu mă simt suficient de susţinut (pe plan afectiv, material etc.) **spatele** meu va reacţiona în consecinţă şi anumite dureri îşi vor face apariţia. Dacă ajung la limita suportabilităţii, **spatele** meu nu mai rezistă şi apar afecţiunile. Am impresia că supravieţuirea mea este în pericol şi că ceilalţi sau viaţa însăşi, mă vor "lăsa baltă". Nu mai **suport** ceea ce mi se întâmplă. Este posibil chiar să am impresia de a fi încremenit, într-o anumită situaţie sau de a "căra tot timpul pe cineva în spate". Conştientizez faptul că mă sprijin de ceva sau de cineva, din afara mea. Deoarece nu am totală încredere în ceilalţi, îmi este greu să avansez. Trăiesc o frustrare, mă simt prins şi limitat în lucrurile pe care care aş vrea să le mişc înainte. Nu mai sunt capabil să dozez bine lucrurile, pentru a lua deciziile potrivite. Pot avea spatele **larg** şi să fiu capabil să car mult sau să mă înclin umil, să mă aplec din respect sau din acceptare↓♥.

Oricare ar fi motivul, **o durere de spate** indică faptul că, poate vreau să mă salvez de ceva, lăsând acel lucru în spatele meu, deoarece cu **spatele** ascund experiențele care mi-au provocat confuzie sau suferință. Plasez tot ceea ce nu vreau să văd celorlalți, jucând astfel rolul struțului. Ascund, de asemenea, trecutul meu și tot ceea ce este inconștient sau necunoscut. Pot chiar să ascund și visele mele și dorințele mele, pe care nu cred că le pot realiza. Sunt **profund rănit** și incapabil să-mi exprim deocamdată emoțiile blocate. Refuz să văd ceea ce nu constituie treaba mea! Poate am primit "o lovitură pe la spate" și trăiesc această situație ca pe o trădare. Dacă durerea este provocată de o **vertebra deplasată**[84] mă întreb în ce situație sunt revoltat, care este idealul la care aspir, dar într-un mod agresiv? Mă opun cu toată forța, deoarece îmi este teamă de responsabilitate. Un spate suplu, dar puternic indică o anumită suplețe mentală și o mare deschidere de spirit, contrar unei **amorțeli dorsale,** care semnifică orgoliu, putere și refuzul de a ceda. Fiind așezat confortabil pot avea impresia că sunt protejat, mă aflu în siguranță deplină. Totuși, chiar dacă spatele meu folosește la a ascunde aceste lucruri nedorite și dacă vreau "să joc rolul struțului", accept↓♥ să văd și să exprim ceea ce mă deranjează. Acționând astfel, mă eliberez de povara grea pe care o port. Dacă durerile de spate sunt mai degrabă **musculare,** acestea indică o atitudine rigidă față de situațiile pe care le întâlnesc în viață. Am nevoie să fiu susținut, deoarece dacă nu se întâmplă acest lucru, cred că voi lăsa totul să se prăbușească. **Postura** adoptată oferă indicații despre felul în care trec prin situațiile din viață. Sunt în reacție față de autoritate, dacă vreau să îmi susțin poziția față de cineva sau într-o situație, îmi voi **îndrepta spatele,** din orgoliu. Dacă, din contră, sunt într-o situație de supunere, dacă îmi este frică, mă simt slab, o **sa-mi îndoi spatele.** Cu cât preocupările mele sunt mai mari, cu atât mă va durea mai tare spatele. Accept↓♥ să eliberez energiile reținute în locurile care mă dor! pot să integrez mai mult dificultățile vieții prin scris, în dialog sau comunicare. Aleg modalitatea care îmi convine mai mult și las viața să curgă în mine, pentru a învăța să mă exprim mai mult și să mă afirm atunci când am nevoie.

Accept↓♥ faptul că viața mă susține în fiecare moment și îmi îndrept umerii știind că am forța necesară pentru a-mi realiza toate proiectele.Accept↓♥ să mă sprijin pe resursele mele interioare. Intuiția mea mă îndrumă în acțiuni care mă ajută să-mi împlinesc obiectivele.

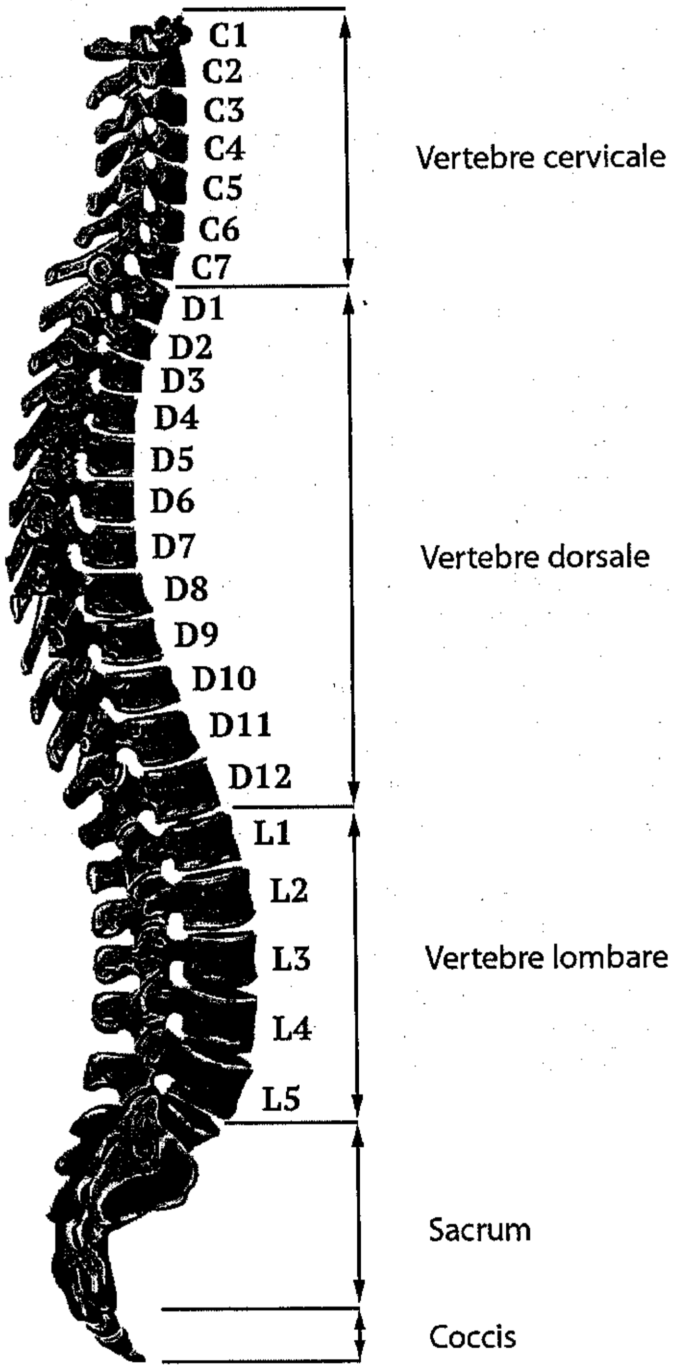
1112. SPATE (durere...) — PARTEA SUPERIOARĂ (7 vertebre cervicale)

Partea de sus a spatelui corespunde regiunii **inimii♥** și centrului de energie cardiac. În această zonă se vede dacă am sau nu forța de a-mi purta emoțiile. Durerile de spate sunt legate de primele stadii ale concepției, de nevoile de bază și de structura fundamentală a ființei. Cele 7 **vertebre cervicale** sunt cele mai afectate din această zonă. **Vertebrele cervicale** au legătură cu comunicarea (mai ales cea verbală) și cu gradul meu de deschidere față de viață. Naivitatea mea mă poate face vulnerabil la acest nivel. Dacă am impresia că ceilalți vor să mă judece, să mă critice sau să mă rănească, aș putea fi afectat pe acest plan și am tendința de a mă închide în mine. Vertebrele cervicale sunt în relație cu capacitatea mea de comunicare, de afirmare și de opunere sau supunere în fața justiției. **Vertebrele cervicale C1, C2 et C3** vor fi atinse în mod special dacă mă devalorizez la nivelul capacităților mele intelectuale în timp ce, vertebrele cervicale situate mai jos, vor reacționa la nedreptatea pe care pot avea impresia că o trăiesc în viața mea sau nedreptatea pe care o văd în jurul meu, care îmi repugnă. În plus, fiecare vertebră îmi dă informații suplimentare despre sursa afecțiunii mele:

C1= prima vertebră cervicală numită **ATLAS,** care are numărul **C1,** folosește la sprijinirea capului. Este stâlpul care menține echilibrul capului. Dacă îmi fac prea multe griji cu privire la o situație sau o persoană, dacă sunt tot timpul neliniștit și am îndoieli, capul meu va deveni mai greu și vertebra **C1** va avea o dificultate de a suporta această greutate. Dacă dau dovadă de rigiditate a spiritului, dacă refuz să văd toate aspectele unei situații, dacă am o gândire rigidă, **C1** va reacționa și își va înceta activitățile, nemaifiind capabilă să se întoarcă. Va fi paralizată de frica mea, de disperarea mea față de viață, de negativismul meu și de dificultatea de a-mi exprima emoțiile. O vertebră **C1** într-o stare proastă este însoțită de obicei de o afecțiune care cuprinde capul, creierul și sistemul nervos, precum migrena, amnezia, vertijul, depresia nervoasă etc. Când capul este atins de diverse afecțiuni, individualitatea mea este cea pusă în cauză. "Ce cred ceilalți despre mine?", "Sunt oare la înălțime?", "Unde mă aflu în viață?". Încerc să mă îndepărtez de emoțiile mele. Joc un rol pentru a nu fi nevoit să mă privesc în față. Prefer să adopt un comportament rigid pentru a rămâne în zona mea de confort, dar, mai devreme sau mai târziu, va trebui să întorc capul pentru a vedea ceea ce se întâmplă în jurul și în interiorul meu. Am o mare nevoie de comunicare, chiar dacă uneori am impresia că ceilalți nu mă ascultă. Am tendința de a avea gânduri și comportamente obsesionale. Accept↓♥ să îmi ascult interiorul, să îmi păstrez spiritul deschis, să aduc mai mult calm în viața mea pentru a-mi diminua activitatea cerebrală, reușind astfel să văd realitatea sub o nouă lumină, cu mai multă încredere. Îmi iau viața în mâini și accept ↓♥ să mă văd în fiecare aspect al personsalității mele. Îmi recapăt puterea și realizez lucruri importante... pentru mine.

---

[84] Cu referire la fiecare vertebră în parte



C2 = **cea de a doua vertebră cervicală** este strâns legată de **C1**. Este numită **AXIS**. Este pivotul care o ajută pe **C1** să se mişte. Este în legătură cu principalele organe de simţ, ochii, nasul, urechile, gura (limba). Din această cauză acestea vor fi afectate dacă **C2** este bolnavă. **C2** este afectată de obicei, în situațiile în care trăiesc o etapă în viața mea în care îmi pun întrebări referitoare la parcursul meu personal şi la rolul pe care îl joacă spiritualitatea în viața mea. Apar posibilități noi care ar putea să mă ajute să am o nouă viziune şi o nouă înţelegere asupra vieţii şi a unor Evenimente pe care le trăiesc.

Oare sunt într-adevăr pregătit să primesc răspunsurile la întrebările mele ? Dacă am un mod de a percepe viaţa rigid, refuz să renunţ la vechile mele idei şi să fac locul pentru ceva nou, dacă îmi fac mereu griji pentru ziua de mâine, **C2** riscă să devină, de asemenea, rigidă. Pot să fiu pregătit să caut în adâncul meu şi să intru în contact cu esenţa fiinţei mele. Am situaţii neterminate, travalii de doliu nefinalizate. Lacrimile mele nu mai curg deoarece îmi refulez emoţiile şi supărările, decepţiile, regretele, toate rămân îngropate în interiorul meu. "Lubrifiantul", lacrimile mele de durere sau de bucurie, nu mai există, **C1** nu se mai poate articula pe **C2** cu uşurinţă. Apare o încălzire a locului, o iritaţie, exact ca şi în viaţa mea cotidiană. Acest lucru survine mai ales în caz de depresie, de emotivitate excesivă (dacă există un conflict familial, de exemplu), de furie, de amărăciune, de resentiment, de revolt, toate acestea fiind cauzate de frica de a merge înainte, de a mă schimba, de a-mi asuma responsabilităţile. Frica de judecata celorlalţi şi de mine însumi, prin lipsa de respect de sine, poate duce chiar la dorinţa de autodistrugere (sinucidere). Ce s-ar întâmpla dacă aş lăsa să iasă la suprafaţă sentimentele mele cele mai profunde ? Prefer să fac pe surdul în loc să cunosc adevărata cauză a afecţiunilor mele.

Accept↓♥ să intru în contact cu emoţiile mele şi să mi le asum, să îmi ocup locul cuvenit şi să exprim ceea ce trăiesc pentru ca fluxul de energie să circule din nou în corpul meu şi vertebra **C2** să funcţioneze în armonie cu **C1** şi totul să "curgă". Accept↓♥ să mă reconectez la forţa mea creatoare şi să mă las îndrumat de vocea mea interioară.

C3 = **a treia vertebră cervicală** este solitară. Din cauza poziţiei sale, nu poate conta pe nimic sau coopera cu alte vertebre.

Dacă am o afecţiune a acestei vertebre, este posibil să am impresia că trebuie să mă descurc singur. Mă retrag în mine însumi, trăiesc "în carapacea mea" şi evit orice formă de contact sau de comunicare (inclusiv verbală sau sexuală) cu cei din jurul meu. "La ce bun să pierd timpul ?" Oricum, nu sunt ascultat niciodată şi ideile şi stările mele nu sunt înţelese ! Sunt separat de ceea ce iubesc. Trăiesc revoltă, descurajare, disperare, deoarece sensibilitatea mea este atinsă în adâncul ei. Pot să am chiar şi angoasă. Uzura timpului se face simţită şi visele şi dorinţele mele cele mai dragi se topesc treptat. Devin iritat atunci când sunt pus în faţa unei situaţii sau a unei persoane pe care nu o pot digera. Am obosit să fiu nevoit să îmi demonstrez valoarea, să mă sacrific pentru ceilalţi. Dacă am un eşesc, aceştia vor confirma ceea ce credeam despre mine însumi: că nu sunt bun de nimic. Viaţa mea este într-un fel o mare mascaradă. Am tendinţa de a căuta sprijin la altcineva.

Devin angoasat dacă îmi este teamă că nu voi reuşi un proiect şi că nu voi fi recunoscut. O afecţiune a vertebrei **C3** poate duce la o afecţiune a feţei (pielea, oasele, nervii) precum şi a urechilor şi a anumitor părţi din gură (dinţii, gingiile, amigdalele).

Accept↓♥ faptul că singurătatea poate fi benefică pentru a mă linişti, a face ordine în viaţa mea, în loc să fie un mijloc de a fugi de emoţiile mele, de realitatea faţă de care simt o mare neînţelegere. Alegerea îmi aparţine mie !

C4, C5, C6 = a patra, a cincea şi a şasea vertebra cervicală sunt localizate la nivelul **tiroidei** şi sunt în relaţie strânsă cu aceasta. Tiroida, care joacă un rol esenţial în limbaj, pentru voce (corzile vocale) şi orice altă dizarmonie legată de comunicare (când mă exprim sau când ceilalţi nu comunică) va determina vertebrele **C4, C5** şi **C6** să reacţioneze. Este posibil să mă fi simţit jignit de ceva ce am auzit şi să fiu indignat şi furios. Cele trei vertebre vor reacţiona şi mai puternic dacă, în plus, nu îmi exprim opiniile, frustrările şi suferinţele. Gradul meu de agresivitate riscă să urce tot mai mult, ceea ce va închide canalele de comunicare la nivelul celor trei vertebre cervicale. Înghit în sec ceea ce mi se întâmplă. Am tendinţa de a rumega anumite evenimente pentru mult timp. Este posibil să apară afecţiuni care ating întreg sistemul de comunicare verbală: gura, limba, corzile vocale, faringele, **amigdalele** etc. şi toate părţile corpului meu situate între nivelul gurii şi umeri.

Dacă **C4** este afectată în mod special, observ care sunt sentimentele pe care le rumeg continuu, mai ales cele de furie şi de culpabilitate. Caut echilibrul şi dreptatea. Îmi este greu să găsesc soluţii deoarece adeseori ezit să îmi exprim divergenţele de opinie. Mă agăţ de amintirile mele şi de trecut. Îmi ascund emoţiile profunde, în loc să le exteriorizez. Evit să văd ce se întâmplă în interiorul meu şi astfel să mă descopăr şi să mă împlinesc. Mă distrug şi mă pedepsesc şi îmi sabotez fericirea pe care cred că nu o merit.

C5 reacţionează atunci când opun rezistenţă celor din jurul meu şi le refuz sfaturile. Îmi este teamă că ceilalţi mă vor răni prin cuvinte sau gesturi. Mă simt inferior celorlalţi şi voi ridica un zid în jurul meu. Având impresia că nimeni nu mă ascultă şi nu mă înţelege, mă retrag în mine însumi. Compromisurile nu sunt posibile, deoarece evit să mă poziţionez. Simt ruşine şi, în multe situaţii, prefer să tac în loc să îmi asum responsabilitatea pentru ceea ce vreau să exprim. Vertebra **C6** poate fi afectată atunci când vreau să îi modelez pe ceilalţi în funcţie de nevoile şi dorinţele mele. Aştept prea mult de la ceilalţi, în loc să îmi iau viaţa în propriile mâini. Sunt disperat, am impresia că doar ceilalţi mă pot "salva", când de fapt eu sunt singurul care are putere asupra vieţii mele. Visele mele de demult sunt irealizabile şi mi se pare nedrept acest lucru.Îmi amintesc toate situaţiile din copilărie, când am trăit această nedreptate. Simt nevoia de a abandona, sunt deprimat deoarece am senzaţia că "îmi cade cerul în cap". Car atât de mult povara celorlalţi încât faptul de a mă sacrifica în acest fel, mă omoară încetul cu încetul.

Accept↓♥ faptul că fiecare experienţă poate fi o oportunitate de a evolua şi că există o lecţie de învăţat, din fiecare lucru. Trebuie să las lucrurile să curgă, în loc să mă încăpăţânez şi să port pică vieţii. Dacă nu fac acest lucru, capul meu va "fierbe" şi mă voi simţi supraîncărcat cu toate sarcinile şi voi avea impresia că nu voi putea duce totul până la capăt. Am nevoie să mă exprim prin cuvinte, prin scris, prin muzică, pictură sau orice altă formă de exprimare care mă va ajuta să mă reconectez cu creativitatea mea, cu frumuseţea mea interioară. Astfel, toate simţurile mele vor fi stimulate, readuse la viaţă, lucru care îmi va activa tiroida şi va face ca vertebrele **C4, C5** şi **C6** să funcţioneze normal. Afecţiunile din această zonă vor putea fi astfel alungate.

C7 = **ultima vertebră cervicală** este influenţată de partea mea morală, de credinţele mele, de partea spirituală, de justiţie. Dacă trăiesc în armonie cu legile naturii, dacă ascult mesajele pe care mi le transmite corpul şi viaţa în general, **C7** va fi într-o stare foarte bună. Dacă însă trăiesc furie, dacă sunt închis faţă de opiniile şi mentalităţile celorlalţi, dacă mă opun în faţa altor ideologii, fără să am un spirit deschis, vertebra **C7** va reacţiona puternic, putând să afecteze mâinile, coatele şi braţele, care se pot inflama sau poate exista o dificultate de mişcare., de asemenea, va fi afectată şi funcţionarea glandei tiroide. Vertebra **C7** poate fi afectată, de asemenea, de remuşcări de **conştiinţă** legate de o vorbă spusă, un gest sau un gând pe care le-am avut faţă de o persoană. Dacă am emoţii puternice, dacă sunt dezamăgit sau îmi este teamă că voi fi respins, dacă unele situaţii mi se par nedrepte sau mă ascund sub carapacea mea pentru a evita să fiu din nou rănit, vertebra **C7** poate fi afectată. În acest caz este uşor pentru mine să îi acuz pe ceilalţi de nefericirile mele. Cum voi ieşi din această situaţie ? Viaţa mea este lipsită de joc, de spontaneitate. Încrederea mea în mine este foarte scăzută şi joc rolul "elevului cuminte" pentru a evita furia celor din jurul meu. Mă simt prea vulnerabil şi ruşinat pentru a-mi comunica adevăratele nevoi.

Prefer să mă izolez pentru a mă ascunde de privirile celorlalţi. Am un bagaj greu de emoţii ne-exteriorizaate. Mă deconectez de la interiorul meu. Părţile mele intuitive şi emotive sunt disociate de raţiune şi sunt controlate de îndoială.

Deoarece nu pot avea încredere în propria mea putere, în capacitatea mea de decizie, trebuie să mă sprijin pe alţii. Depresia poate apărea dacă mă simt tot timpul presat de timp.

Accept↓♥ să învăţ să discern ceea ce este bun pentru mine de ceea ce nu este bun. Trebuie să respect punctele de vedere ale fiecăruia, chiar dacă sunt difereite de ale mele. Doar fiind deschis faţă de ceilalţi voi învăţa mai mult şi voi şti mai bine să fac alegerile care mă vor face să mă simt mai liber.

Durerile în această regiune a spatelui provin, de asemenea, de la emoţiile negative **refulate**, care s-au adunat ca un ghem în mine şi pe care refuz să le văd. Am aşteptări mari faţă de ceilalţi, dar îmi este, de asemenea, greu să îmi exprim adevăratele emoţii precum furia, frica de a nu fi iubit sau lipsa de sprijin afectiv. Am impresia că eu trebuie să mă gândesc la toate şi să fac totul. Nivelul meu de frustrare este mare şi uneori vreau de întorc spatele tuturor, în loc să le fac faţă. Mă opun mult, cred că sunt incapabil să mă susţin afectiv şi am convingerea că, dacă cei din jurul eu mi-ar arăta mai multă **dragoste** şi susţinere, lucrurile ar merge mult mai bine. Acest gen de aşteptări foarte ridicate se pot întâlni la o mamă sau la un tată, dar poate exista şi o frustrare din cauza unei poveri prea mari pe care o poartă pe umeri. Pot chiar să mă tem că supravieţuirea mea sau cea a celor apropiaţi mie este în pericol. Corpul trimite mesaje importante pe care trebuie să le ascult pentru a-mi păstra echilibrul emoţional.

Începând de acum, accept↓♥ să mă iubesc mai mult, încetez să mă judec şi să mă critic tot timpul! Descopăr tot ceea ce am ascuns şi am refulat, ambiţiile mele, dorinţele mele, scopurile mele în viaţă şi accept↓♥ în acelaşi timp capacitatea mea de a le realiza.

Confuzia mea va dispărea dacă nu va mai trebui să "întorc spatele" unei situaţii sau unei persoane, deoarece am dobândit **certitudinea** că pot realiza tot ceea ce îmi doresc. Accept↓♥ să eliberez toate aceste energii care mă împiedică să mă împlinesc deplin. Nu este surprinzător faptul că mi-a fost greu să mă iubesc deoarece nu mai eram eu însumi. Faptul de a deveni eu însumi îmi deschide larg uşile vieţii şi cele ale **inimii♥**. Încetez să mai critic şi învăţ să mă exprim liber în loc să refulez totul. Accept↓♥ faptul că am nevoie de ajutorul celorlalţi şi învăţ să cer. Astfel mă respect mai mult.

1113. SPATE (durere de...) — MIJLOCUL SPATELUI (12 vertebre dorsale)

Mijlocul spatelui reprezintă regiunea toracică a corpului, cuprinsă între **inimă♥** şi vertebrele lombare. Această zonă semnifică **culpabilitatea emoţională şi afectivă.** Cele **12 vertebre dorsale**[85] fac parte din această zonă:

D1 = **prima vertebră dorsală** poate reacţiona puternic atunci când mă forţez prea mult la muncă, în sport, sau orice situaţie în care ajung la capătul forţelor mele mentale, fizice şi emoţionale., de asemenea, este afectată dacă există un consum excesiv, fie că e vorba de droguri, alcool sau altceva. Sensibilitatea mea este foarte exacerbată. Am o angoasă şi îmi construiesc mijloace de autoprotecţie pentru a mă proteja de cei din jurul meu pentru a nu fi rănit. Acest lucru se manifestă mai ales în gesturile şi în cuvintele mele. Astfel am tendinţa de a mă îndepărta de ceilalţi prin răceala mea sau prin cuvinte jignitoare. Retrăgându-mă, evit astfel să îi las pe ceilalţi să ajungă la mine, să îmi exercite autoritatea asupra mea. Acest lucru se poate manifesta şi printr-o creştere serioasă în greutate (protecţia mea naturală şi fizică) deoarece inconştient, vreau să "ocup mai mult loc" şi să le las mai puţin celorlalţi. Sau poate camufla o timiditate pe care îmi este greu să o depăşesc. Timiditatea va fi şi mai evidentă dacă îmi este **teamă** că voi pierde **dragostea** celorlalţi. Am tendinţa de a fi intransigent şi dezordinea mă oripilează. Închiderea mea şi fricile mele faţă de viaţă pot afecta starea vertebrei **D1**. Îmi blochez emoţiile. Frica mea de a pierde **dragostea** cuiva, moartea unei fiinţe dragi, mă paralizează. Nu îndrăznesc să fac anumite lucruri, să îmi ocup locul cuvenit. Trebuie să fiu vigilent şi să evit să mă retrag în mine însumi, să văd totul în negru, fiind tot timpul fixat pe aceleaşi idei şi frustrări. Am tendinţa de a mă condamna faţă de experienţele mele din trecut. O afecţiune a vertebrei **D1** poate determina afectarea oricărei părţi a corpului, situată între coate şi vârful degetelor, precum şi dificultăţi respiratorii (tuse, astm etc.)Accept↓♥ să fiu mai deschis în faţa **iubirii**, faţă de ceilalţi şi să mă respect mai mult.

D2 = **a doua vertebră dorsală** va reacţiona uşor şi rapid ca o alarmă atunci când emotivitatea mea este atinsă. Dacă îmi acumulez şi îmi sufoc emoţiile, **D2** îmi va transmite un mesaj şi durerea de spate va apărea din nou. Dacă am impresia că nu am un loc al meu în viaţă şi în societate, dacă consider că viaţa este "nedreaptă" şi mă simt victima evenimentelor, **D2** va fi atinsă. Pot să fiu îngrijorat mai ales de aspectele legate de familia mea şi sunt foarte afectat de orice conflict sau lipsă de armonie. Mă simt asuprit, sufocat, atât pe plan psihologic (emotiv) cât şi pe plan fizic. Care este locul meu în rândul clanului familial, mai ales faţă de tatăl meu? Am trăit lipsuri mari în relaţie cu tatăl meu? Am o responsabilitate prea mare faţă de siguranţa şi de bunăstarea familiei? Este posibil să fi acumulat resentimente vechi. Sau să reiau neîncetat experienţe din trecut sau amintiri, deoarece vreau să-mi fixez realitatea în acele evenimente din trecut, în loc să privesc spre viitor cu încredere şi să trăiesc din plin momentul prezent. Sau pot să trăiesc o nouă situaţie care îmi stârneşte frica de necunoscut. Am prea multe responsabilităţi? Voi fi susţinut sau va trebui să mă descurc singur? Cum vor reacţiona cei din jurul meu? Dacă nu am încredere în mine, în capacităţile mele, aş putea să reacţionez şi să joc rolul unei persoane severe, devenind foarte autoritar: astfel dau impresia că pot controla situaţia, ştiind foarte bine că, de fapt tremur de frică, ajungând chiar până la angoasă. De asmenea, pot deveni iritabil faţă de o persoană sau un eveniment şi reacţionez prin stări proaste. Nu am încredere în ceilalţi şi prefer să îi ţin la distanţă. Astfel, nu mă vor putea răni! Vertebra **D2** aflată într-o stare de sănătate proastă este adeseori însoţită de dureri şi afecţiuni ale **inimii♥** şi ale organelor din vecinătate şi ale plămânilor. Acest lucru indică o închidere a **inimii♥** faţă de o persoană sau o situaţie, deoarece nu mai vreau să sufăr. Accept↓♥ să învăţ să cer şi să am încredere în capacitatea mea de a depăşi noile încercări. Las trecutul de o parte şi mă întorc spre viitor, ştiind că acum sunt capabil să fiu în armonie cu ceilalţi. Pot să citesc şi secţiunea despre **inimă♥**, din această carte, pentru a găsi şi alte piste posibile.

---

[85] Vertebre dorsale: **se identifică prin litera D, de la *dorsal*,** urmată de numărul corespunzător vertebrei. Se mai foloseşte identificarea cu litera T, de la toracic, vertebră toracică

D3 = a treia vertebră dorsală este legată mai ales de plămâni şi de piept. Pot să citesc despre cele două părţi şi astfel să găsesc cauzele care le pot afecta, fiind, de asemenea, o posibilă pistă cu privire la afecţiunea vertebrei **D3**. În plus, tot ceea ce percep prin simţurile mele, lucrrurile care nu îmi convin vor face să reacţioneze această vertebră. Deoarece sunt foarte sensibil la cei din jurul meu, mi-am construit un sistem care mă ajută să ştiu ce este bine şi ce este rău, ce anume este acceptabil↓♥ sau nu. Pot fi rigid şi încremenit în modul meu de gândire şi de a vedea lucrurile. Am tendinţa de a judeca pe toată lumea, mai ales pe mama mea, care mi-a lipsit sau o situaţie pe care nu o consider "convenabilă". Pot reacţiona puternic faţă de ceea ce eu consider a fi o "nedreptate". Pot chiar să devin coleric, chiar violent când nu sunt de acord cu ceea ce văd, percep sau aud. Pot să îmi construiesc un scenariu în minte, ceea ce va duce la deformarea realităţii, de obicei din cauza fricii mele de a vedea realitatea în faţă şi pentru că realitatea mă deprimă. Este posibil să am frici exagerate şi iraţionale. Îmi dispare pofta de viaţă şi nu mai am sentimentul că sunt în siguranţă. Sunt invadat de tristeţe, nu mai vreau să lupt. Depresia mă va cuprinde treptat şi voi vrea să mă desprind de lumea aceasta care nu îmi aduce decât suferinţă, frustrare şi anxietate. Supărarea mă sufocă şi mă retrag în mine însumi. Îmi reprim emoţiile şi refuz să le fac faţă. Trebuie să învăţ să văd viaţa sub o nouă lumină, să accept↓♥ faptul că pot să trăiesc într-o lume care nu este perfectă, dar în acelaşi timp, orice situaţie poate fi perfectă, deoarece mă ajută să învăţ ceva nou.

D4 = a patra vertebră dorsală are legătură cu plăcerile, dorinţele, tentaţiile neaşteptate. Aşteptările mele sunt uneori exagerate, aproape nerealiste şi devin iritabil, coleric, deoarece dorinţele mele nu sunt împlinite şi pentru că viaţa este nedreaptă. Port pică vieţii şi celor din jurul meu. În adâncul meu, simt un gol atât de mare, de obicei pe plan afectiv, încât am tendinţe depresive. Singurul mod pe care îl cunosc pentru a contracara această stare şi pentru a aduce puţină "picanterie" în viaţa mea este să creez o stare de excitare naturală sau artificială. Pot practica sporturi extreme (paraşutism, alpinism etc.) sau pot lua droguri pentru a obţine o stare temporară de extaz sau de bine. Mă refugiez astfel într-o lume imaginară, la adăpost de ceilalţi. Totuşi, nu sunt la adăpost faţă de emoţiile mele pe care le-am refulat şi de care am încercat să scap. În aparenţă, pot fi liber când de fapt, în realitate sunt închis în furia mea, în suferinţele, frustrările mele, în ranchiună excesivă, din frica de a fi asfixiat de **dragostea** celorlalţi, deoarece nu am ştiut niciodată să o recunosc şi să o accept↓♥. Mă opun, păstrez distanţa şi hrănesc această prăpastie printr-o stare proastă, prin atitudinea mea depresivă. Am o nevoie atât de mare de a fi iubit, chiar dacă am tendinţa de a-i respinge pe ceilalţi şi de a-i condamna, chiar de a-i trăda. Totuşi, adevărata trădare o îndrept spre mine însumi, ceea ce mă îndepărtează de misiunea mea în această lume.

Este important să îmi recunosc şi să îmi accept↓♥ emoţiile pentru a putea să le integrez şi astfel să pot să îmi trăiesc viaţa din plin. Atunci când vertebra **D4** este afectată, este posibil, de asemenea, să existe o afecţiune la vezica biliară şi la ficat.

D5 = a cincea vertebră dorsală este afectată atunci când mă regăsesc într-o situaţie în care am impresia că îmi pierd controlul, că puterea mea este în afara mea. Mă simt destabilizat şi furia începe săă crească în mine. Este posibil chiar să fiu într-o stare de panică. Acest lucru se întâmplă mai ales pe plan afectiv în relaţie cu partenerul meu sau un membru al familiei, un prieten apropiat etc. Acest control se ascunde uneori sub o aparenţă de a "vrea să ajut pe cineva în problemele sale" şi să îl îndrum, dar în sinea mea, încerc să controlez acea persoană, chiar inconştient, fiind în poziţie de "forţă". Dacă lucrurile nu merg cum vreau eu, pot să devin frustrat, critic, nerăbdător şi chiar coleric, iar vertebra **D5** va reacţiona violent. Vreau să las impresia că sunt o persoană "dură", cu "spatele lat", "care este capabilă să ducă multe în spate". Dar, în sinea mea, ştiu că duc prea multe pe umeri, ceea ce mă face să mă simt în nesiguranţă, să fiu neliniştit, revoltat împotriva acelor din jurul meu, pe care îi fac responsabili de starea mea de rău. Nu mă simt parte din familia mea şi trăiesc o culpabilitate deoarece aş putea să îi ajut mai mult, dar nu sunt capabil. Am ambiţii mari, ceea ce mă face să mă îndepărtez de valorile mele profunde şi să reacţionez în contradicţie cu ele. Mă arunc în relaţii artificiale, trec de la o deceptive la alta, deoarece **iubirea** adevărată nu prea există în viaţa mea. Acumulez emoţii negative şi îmi este greu să văd partea pozitivă a unei situaţii, "rumeg" tot timpul aspectele negative. Trăiesc mai mult pe plan raţional, cu cândurile şi planurile mele. Mă afund în muncă, devin nemulţumit de viaţa mea. De asemenea, afecţiunile vertebrei **D5** pot fi însoţite de diverse afecţiuni ale ficatului şi ale circulaţiei sanguine.

Accept↓♥ să ascult ceea ce este în interiorul meu, să reiau contactul cu esenţa fiinţei mele, cu adevăratele mele valori, pentru ca liniştea să revină în viaţa mea şi să văd clar evenimentele, să mă împlinesc şi să fiu capabil să experimentez **iubirea** adevărată.

D6 = a şasea vertebră dorsală reacţionează atunci când mă critic şi mă judec foarte aspru. Este posbil să fi fost crescut într-un mediu foarte strict, în care valorile şi modelele de comportament trebuiau respectate în totalitate. Deoarece am crescut în acest mediu autoritar şi lipsit de permisiuni, acum pot să am "mustrări de conştiinţă" în momentele în care aş vrea să îmi fac pe plac, să îmi acord timp pentru mine, dar judec acest lucru ca fiind "incorect" şi cred că "nu merit aşa ceva". Îmi creez griji inutile deoarece îmi analizez tot timpul gesturile, cuvintele, gândurile, pentru a fi sigur că "sunt corect". Sunt deconectat de corpul meu, deoarece trăiesc doar în mintea mea. Culpabilitatea mă roade pe dinăuntru. Angoasa este foarte puternică şi mă autopedepsesc prin deconectarea de lume. Îmi este greu să mă accept↓♥ aşa cum sunt. Mă simt victima vieţii, neputincios în faţa evenimentelor pe care le judec foarte sever, nu vreau să accept↓♥ faptul că acestea apar pentru a mă ajuta să cresc şi le consider mai mult pedepse, nedreptăţi. Refuz viaţa şi experienţele noi. Prin urmare trăiesc în frustrare, neînţelegere şi cu resentimente, fiind invidios şi gelos pe ceilalţi. De aceea, vertebra **D6** atunci când este afectată, generează afecţiuni şi la nivelul stomacului şi a vezicii biliare, deoarece trăiesc multe situaţii contradictorii şi nu vreau să îmi asum responsabilităţile.

Accept↓♥ să fiu mai flexibil şi mai îngăduitor faţă de mine însumi şi învăţ să am o atitudine pozitivă în fiiecare situaţie, ştiind că fiecare experienţă mă ajută să mă cunosc mai bine şi să devin mai bun.

D7 = a şaptea vertebră dorsală este foarte muncitoare. În situaţiile în care îmi împing limitele la extrem şi nu îmi ascult corpul atunci când are nevoie de odihnă şi de relaxare, vertebra **D7** va emite un ţipăt de alarmă. Este posibil, de asemenea, să vreau să evit sau să uit pe cineva sau o situaţie oarecare. Sau vreau să uit de problemele mele financiare, afective et. Dacă mă opresc din muncă, există riscul ca descurajarea şi nemulţumirea faţă de viaţa mea, să reapară, lucru pe care nu îl vreau. Acumulez multă furie şi agresivitate, totul se zbate în interiorul meu deoarece "viaţa nu-mi oferă nimic bun". Mă opun, mă încăpăţânez şi mă revolt chiar dacă mă fixez pe anumite lucruri care mă obsedează. Refuz să eliberez aspiraţiile, spontaneitatea şi creativitatea, neştiind cum să le fac faţă. Deoarece îi las pe ceilalţi să îmi spună cum să îmi trăiesc viaţa, sunt anxios, vulnerabil, nu sunt stăpân pe viaţa mea. Mă frământă conflictele din familia mea, pentru care mă simt responsabil. Trebuie să învăţ să apreciez tot ceea ce am şi ceea ce sunt şi să văd toată abundenţa din viaţa mea. Am dreptul să îmi acord timp pentru mine, am dreptul să-mi exprim emoţiile în loc să le las să fiarbă în interiorul meu. Îmi acord dreptul de a-mi trăi suferinţa, decepţia, fricile, deoarece astfel le voi putea accepta↓♥ şi transforma în ceva pozitiv. Pot să fac curăţenia interioară şi astfel să ajut vertebra **D7** să funcţioneze normal. Îmi reiau contactul cu corpul meu, cu viaţa reală. Astfel şi afecţiunile care însoţesc de obicei afecţiunile vertebrei **D7**, cele de pancreas şi duoden, vor putea să dispară.

D8 şi **D9 = a opta şi a noua vertebră dorsală**, situate la nivelul difragmei, care sunt strâns legate, se asemănă în totalitate. De aceea sunt prezentate împreună. Cele două vertebre sunt afectate mai ales atunci când trăiesc o stare de nesiguranţă în legătură cu frica de a-mi pierde controlul asupra unei situaţii sau a unei persoane. Sunt dominator, mă simt mai sigur pe mine atunci când controlez toate aspectele vieţii mele, când orchestrez perfect orice situaţie pentru a şti exact la ce să mă aştept. Incertitudinea mă face să păstrez totul pentru mine. Mă ascund în globul meu de sticlă, nu îmi pun întrebări şi nu fac niciun efort pentru a schimba ceva în viaţa mea. Îmi trăiesc toate emoţiile în interior. Dar dacă acest "echilibru aparent" este tulburat, vertebrele **D8 şi D9** vor reacţiona puternic, se vor curba de frică. Dacă mă retrag în mine însumi, mă simt mai în siguranţă. Îmi resping emoţiile şi îmi reprim forţele interioare. Vertebra **D8** arată mai ales faptul că sunt acaparat de frica de eşec şi că există o situaţie în familia mea, care trebuie rezolvată. Vertebra **D9** este în relaţie cu rolul de **victimă** pe care mi-l atribui. Sunt cuprins de disperare şi îmi este greu să trăiesc, deoarece nu ştiu în ce direcţie să merg în viaţa mea şi îmi este frică că mă voi înşela. Ezit să avansez, deoarece trăiesc mai mult în trecut şi îmi este frică de respingere şi abandon. Îmi este greu să văd lumina la capătul întunericului şi prefer să rămân "pe loc". Nu am încredere în viaţă şi mă îndrept spre o prăpastie pe care nu o pot trece decât dacă am încredere în viaţă. Doar dacă voi renunţa la această atitudine voi avea controlul asupra vieţii mele.

Este important să reţinem faptul că, vertebra **D8** afectată poate antrena dureri de diafragmă şi de splină (inclusiv probleme legate de sânge), în timp ce atunci când este afectată vertebra **D9**, pot apărea alergii şi o proastă funcţionare a glandelor suprarenale sau urticarie.

Accept↓♥ să las să se dezvolte latura mea blândă şi profundă. Îi dau voie laturii mele de copil să existe alături de latura mea de adult, care va avea grijă de ea.

D10 = a zecea vertebră dorsală este afectată atunci când apare o nesiguranţă profundă faţă de care mă simt dezarmat, fără resurse. Încrederea mea este foarte scăzută şi am nevoie de un "energizant" pentru a mă ajuta şi a avea curaj şi a-mi uita grijile. De obicei, poate fi vorba despre un consum mare de alcool, de droguri, care, de obicei, îmi oferă un stimulent. Totuşi, când revin la starea mea normală, grijile sunt tot acolo şi viaţa mea se absoarbe deoarece nu văd decât latura negativă a lucrurilor. Am în faţă un mare gol. Văd totul în negru, refuz viaţa şi îmi plâng de milă. Mă supăr din orice motiv şi mă înfurii fără însă să fiu în stare să manifest această furie, lucru care îmi va afecta sensibilitatea, foarte mare, care mă determină să mă enervez pentru cele mai mărunte aspecte, de multe ori într-un mod foarte agresiv. Nu am nimic în perpectivă şi nu ştiu în ce direcţie să merg sau care sunt alegerile potrivite pentru mine. Mă simt victima circumstanţelor şi acest lucru mă împiedică să fiu stăpân pe viaţa mea. Sunt acaparat de emoţiile mele, ceea ce face dificilă comunicarea cu ceilalţi. Îmi caut locul în viaţă şi nu reuşesc să mă poziţionez. Vertebra **D10** afectată este însoţită adeseori de dureri de rinichi, recunoscuţi ca sediul fricilor.

Accept ↓♥ să am încredere şi învăţ să văd frumuseţea din mine şi din jurul meu. Am curajul de a cere ajutor. Îmi asum toate responsabilităţile şi reiau controlul asupra vieţii mele.

D11= a unsprezecea vertebră dorsală este afectată de obicei atunci când sistemul meu nervos funcţionează defectuos. Sensibilitatea mea exagerată, pe toate planurile, face ca vertebra **D11** să se deformeze, deoarece şi eu deformez realitatea pentru a suferi mai puţin. O schimb după cum vreau eu, pentru a deveni așa cum o vreau eu. Mă consider o persoană urâtă, neatrăgătoare, plină de defecte. Această imagine de sine, foarte negativă, mă determină să am dificultăți în a stabili relații durabile cu cei din jurul meu, deoarece frica de respingere este foarte mare. Mă lipsesc conștient de cei din jurul meu, deoarece am impresia că sunt invadat și nu mai știu cine sunt eu. Dar acest lucru nu poate dura la nesfârșit și, mai devreme sau mai târziu, va trebui să mă confrunt cu realitatea. În acel moment voi fi cuprins de o tensiune interioară puternică și îmi va fi greu să mă eliberez de ea. Acest lucru poate deveni atât de insuportabil încât pot chiar să ajung să am idei sinucigașe deoarece trăiesc în neînțelegere și îmi este frică de viitor, deoarece mă simt neputincios în a schimba lucrurile din viața mea. Mă consider "victimă", mă simt rănit în sentimentele mele. Nu sunt la înălțimea imaginii perfecte și ideale pe care vreau să o am. Insist pe aspectele negative și fac puține eforturi pentru a ieși din această situație. Trebuie să învăț să mă mișc și să merg înainte, în loc să stagnez în starea aceasta de comă și să mă afund în trecut. Durerile în zona vertebrei **D11** pot fi însoțite de afecțiuni ale rinichilor precum și de boli de piele (eczema, acnee etc.) Accept ↓♥ să schimb lucrurile din viața mea și trebuie să fiu pregătit să fac eforturi și să cer ajutor. Reiau contactul cu forța mea interioară și las să circule energiile mele creatoare.

D12 = **a douăsprezecea vertebră dorsală** este afectată mai ales atunci când trăiesc închis, retras în mine însumi. Am tendința de a critica, a judeca, de a trage repede concluzii, pur și simplu pentru că observațiile mele îmi pot oferi impresii false și le interpretez în felul meu. Acest lucru îmi provoacă multă furie care "mă roade pe interior". Mentalul meu este foarte afectat. Sensibilitatea mea este foarte mare și îmi fac multe iluzii. Inventez tot felul de scenarii, evitând astfel responsabilitățile pe care le am. Deoarece îmi este greu să comunic cu cei din jurul meu, trăiesc multă nesiguranță și sunt perfecționist. Întrețin idei morbide și nu mai sunt capabil să absorb nimic din ceea ce văd, simt sau percep și îi invidiez pe ceilalți pentru ceea ce au. Mă sufoc din cauza acestei agresivități, a supărării și a sentimentului de abandon pe care îl am. Port o mască pentru a mă apăra de alte decepții sau deziluzii, mai ales în relațiile mele afective. O afecțiune a vertebrei **D12** este însoțită de obicei de afecțiuni intestinale, de dureri de articulații, de o circulație limfatică deficitară și uneori de afecțiuni ale trompelor falopiene[86] (uterine). Învăț să comunic cu ceilalți pentru a alunga nesiguranța pe care o simt, astfel voi vedea mai clar situațiile din viața mea și voi fi mai calm.

Durerile din zona de mijloc a spatelui reflectă, de asemenea, o relație dificilă cu viața și cu situațiile din existența mea. Am de luat anumite decizii, dar am îndoieli față de acestea și față de ideea de a mi le **asuma**. Această zonă a spatelui corespunde și mișcării de exteriorizare a energiei vitale, care trece prin mine. Acest lucru înseamnă că, în perioadele de maturitate interioară (când acumulez experiență) mai multe calități divine, precum încrederea, iubirea, detașarea (liberul-arbitru, mai ales pe plan afectiv) sunt puse la încercare. **Durerile de spate**, inclusiv **spatele curbat** pot semnifica mai multe lucruri, precum culpabilitatea în situații în care nu am de ce să mă simt vinovat, **amărăciune** sau **o slabă încredere în mine**, cauzată de impresia că viața mea este prea greu de suportat pentru mine. Cred că eu trebuie să fiu stâlpul susținător și să gestionez bine structura care există deja. Pot avea impresia că am tot timpul pe cineva "în spate" și că trebuie să fac totul singur. O **durere de spate** indică un puternic sentiment de **neputință** față de o situație dificilă din prezent, în care aș avea nevoie de ajutor. Neștiind cum să mă poziționez în anumite situații când trebuie să fac unele alegeri, voi trăi adeseori stări de tristețe deoarece consider de multe ori nevoile celorlalți mai importante decât nevoile mele. Sunt bănuitor și acest lucru mă face să mă închid în mine. Poate apărea disperarea deoarece **nu mă simt destul de susținut** pe plan afectiv și sufăr, de asemenea, de nesiguranță. Am tendința de a-mi reține emoțiile și trăiesc mult în trecut. Rămân atașat de trecut, mă învârt în cerc. Mă simt instabil și neliniștit. Am **mustrări de conștiință**. Obiectivul, în acest caz este de a exprima mai activ energia divină.

Accept↓♥ faptul că am nevoie să fiu clar, față de mine și de ceilalți, fără să vehiculez sentimentele din trecut și să fac loc unui "**aici și acum**" calm și senin.

Am nevoie de ajutor și de încurajare, să mă conectez la interiorul meu. Corpul îmi transmite mesaje importante. Faptul de a cere ajutorul celorlalți, nu este ceva rușinos. Din contră, este un semn de inteligență deoarece acest ajutor mă ajută să merg înainte. Recunosc importanța propriei mele identități și sunt prudent față de egoul meu și fricile mele. Învăț să comunic cu ființa mea interioară prin meditație sau contemplație: astfel voi găsi multe soluții și răspunsuri. A fi în contact cu ființa mea interioară înseamnă să aleg mai să trăiesc mai bine situațiile din viața mea.

1114. SPATE (dureri de...) — ZONA LOMBARĂ

Această zonă, adeseori confundată cu rinichii și asociată cu **durerea de rinichi** este situată de la mijloc până la coccis: face parte din sistemul de **susținere**. Partea de jos a spatelui simbolizează siguranța, asigurarea și încrederea mea în viață. Durerile din această zonă denotă prezența **nesiguranței materiale** (legate de muncă, bani, bunuri) și **afective**. "Îmi este teamă că îmi va lipsi ceva", "Nu voi reuși niciodată...", "Nu voi realiza niciodată acest lucru..." sunt expresii care exprimă sentimentele interioare pe care le am. Sunt atât de preocupat de toate aspectele materiale încât simt o mare tristețe, deoarece există un gol, un gol care îmi face rău. Există o lipsă de coerență între dorințele mele și acțiunile mele. Pot chiar să îmi estimez valoarea personală în funcție de numărul de bunuri materiale pe care le am. Durerile în această zonă apar des în urma pierderii unui loc de muncă, a pensiei, la plecarea unui copil, după o separare etc. Trăiesc o dualitate foarte mare, deoarece îmi doresc atât "calitate" cât și "cantitate", atât legat de relațiile mele interpersonale cât și legat de bunurile pe care le am. Am tendința de a căra prea multe pe umeri și a-mi consuma energiile. Încerc să fac totul pentru a fi iubit și insist pe ceea ce cred ceilalți despre mine. Simt că eu sunt stâlpul de sprijin, ceilalți pot conta doar pe mine. De asemenea, pot să vreau să îmi atribui acest rol, pentru a-mi da importanță. Poate fi vorba și despre o neliniște legată de una sau mai multe persoane. Îmi fac griji pentru ele și poate am tendința de a lua problemele altora asupra mea și de a le salva. Astfel există riscul de a apărea **lombalgia**, durerea lombară. Neputința mea față de anumite situații din viață îmi dă o stare de amărăciune și refuz să mă supun, deoarece îmi este frică. Acest sentiment de **neputință** (trăit uneori pe plan sexual), care mă poate duce până la **revoltă**, îmi poate provoca un **lombago** sau o **durere de rinichi.** Nu mă simt susținut în nevoile mele de bază și în cele afective. Mă simt incapabil să îmi asum dimensiunea materială a vieții. Raporturile între lucruri și persoane sunt conflictuale. Îmi este greu să fac față schimbărilor și noutăților care apar, deoarece îmi place să mă simt în siguranță, cu rutina și cu vechile mele obiceiuri. Acest lucru indică faptul că sunt adeseori **inflexibil** și **rigid** și aș vrea să fiu susținut în felul meu. Nu pot să fiu pe deplin fericit: există tot timpul o "umbră", ceva ascuns. Dacă accept↓♥ faptul că ceilalți pot să mă ajute în felul lor, voi descoperi și voi **conștientiza** că am tot sprijinul necesar. Astfel voi deveni mai autonom și mai responsabil. Mă eliberez de povara care aparține celorlalți. Trebuie să îmi recunosc valoarea pentru a mă împlini în loc să aștept recunoașterea celorlalți. Am nevoie să nu mă mai forțez să fac unele lucruri pentru a păstra o imagine frumoasă, deoarece astfel îi voi manipula pe ceilalți și nu acționez ghidat de **inima♥** mea. Dacă apare o **presare a discurilor lombare**, înseamnă că, probabil, pun prea multă presiune asupra mea, în a face anumite lucruri cu scopul de a fi iubit de ceilalți. Am nevoie de o perioadă de odihnă, de care voi profita pentru a observa ce se petrece în viața mea și pentru a-mi redefini prioritățile. Deoarece **nu mă simt susținut**, devin **rigid** (înțepenit) față de ceilalți. Oare am tendința de a-i acuza pe ceilalți pentru problemele mele ? Mi-am exprimat nevoile ? Accept↓♥ faptul că singurul meu sprijin vine de la mine însumi. Reluând contactul cu ființa mea interioară, stabilesc un echilibru în nevoile mele și reintru în contact cu toate forțele universului care se află în mine. Aceste forțe îmi dau încredere în mine și în viață, deoarece știu că îmi vor aduce tot ce am nevoie, pe plan fizic, emoțional și spiritual. Sunt susținut tot timpul !

---

[86] **Fallope**, Gabriel: anatomist și chirurg italian (1523 –1562). A profesat la Padova și a făcut numeroase descoperiri anatomice, printre care se numără cea a trompelor uterine, care îi poartă numele

Există 5 vertebre lombare:

L1 = **prima vertebră lombară** este afectată atunci când trăiesc un sentiment de neputință față de cineva sau ceva ce nu îmi convine, având impresia că nu pot schimba nimic și că trebuie să suport acel lucru. Astfel devin inert, ca lipsit de viață. Consum multă energie pe lucruri adeseori mărunte, dar pe care le amplific atât de mult încât ajung la proporții catastrofice, ceea ce îmi dă un sentiment de disperare. Pot trăi o nesiguranță legată de unele aspecte din viața mea, chiar dacă nu are sens acest sentiment. Mă aștept să fiu înșelat, păcălit de ceilalți. Vreau să controlez totul, lucru omenește imposibil. Țin atât de mult cont de ceilalți încât îmi las total deoparte propriile nevoi și libertatea mea. Pot avea de asemenea, conflicte interioare legate de faptul că nu îmi permit să fac ceea ce vreau. Am nevoie să fiu apropiat de oameni, dar în același timp, am nevoie de momente de singurătate. Acest lucru mă face să simt frustrare, agresivitate și furie. Aceste sentimente îmi aspresc **inima♥** și nu mă pot elibera de ele, lucru care îmi dă o stare de amărăciune față de viață. Când este afectată vertebra **L1** pot apărea, de asemenea, afecțiuni la nivelul aparatului digestiv (intestine și colon) sau legate de eliminarea alimentelor (constipație, dizenterie etc.)

Accept↓♥ puterea pe care o am de a-mi schimba cursul vieții mele (numai a mea)! Îmi refac prioritățile pentru a-mi canalize mai bine energiile.

L2= starea celei de a doua vertebre lombare depinde mult de flexibilitatea mea față de mine și față de ceilalți. Singurătatea și tristețea, cauzate de multe ori de o timiditate accentuată, sunt, de asemenea, factori importanți care pot afecta vertebra **L2.** Sunt prizonierul emoțiilor mele: neștiind cum să le trăiesc și să le exprim, având uneori emoții explozive, îmi pun o mască pentru a mă apăra și a evita ca ceilalți să vadă ce se întâmplă în interiorul meu. Starea mea de rău poate deveni atât de puternică, încât vreau să îmi "îngrop" răul prin alcool, droguri, muncă etc. **L2** transmite astfel un semnal de alarmă. Nu mai vreau să fiu jgnit și umilit. Am tendința de a vedea totul în negru și trăiesc într-o stare de depresie, care pe undeva îmi place, deoarece astfel am un rol de victimă, care mă obligă să nu acționez și să schimb lucrurile în viața mea. Îi pot acuza pe părinții mei sau anumite evenimente din copilărie pentru nefericirea mea actuală. Cred că supraviețuirea mea depinde de **iubirea** celorlalți. La fel ca în cazul vertebrei **L1,** am un sentiment de neputință și de tristețe, care vor afecta vertebra **L2.** Sunt trist deoarece ar fi trebuit să mă bucur de plăcerile vieții, în timp ce nu îmi permit acest lucru, din cauza "obligațiilor" mele sau din datorie, pentru a da un bun exemplu celorlalți. Trebuie să îmi împlinesc nevoile mele și uneori și pe ale celorlalți. Trebuie să învăț că nu trebuie să fiu perfect. Uneori mă simt incapabil sau neputincios în fața unei situații și îmi este greu să renunț la ceva. Menționez faptul că, afectarea vertebrei **L2** poate duce la dureri de abdomen, apendicită sau afecțiuni la picioare, putând apărea varice.

Accept↓♥ să las la o parte furia sau **ranchiuna** pe care le am față de mine: nu trebuie decât să fiu sincer cu mine însumi și cu ceilalți. Accept↓♥ să îmi exprim liber suferințele, bucuriile, îndoielile, neînțelegerile, frustrările, pentru a fi mai dechis față de ceilalți și pentru ca vertebra **L2** să își revină la starea de sănătate.

L3 = **a treia vertebră lombară** este afectată mai ales atunci când trăiesc situații tensionate sau conflictuale în familie.

Poate fi vorba despre un conflict pe plan sexual: există sau a existat o rivalitate, există o relație în afara căsătoriei, care implică copii, sau traume legat de un incest din trecut sau actual. Mă rețin să spun sau să fac anumite lucruri pentru a nu-i răni și a nu-i deranja pe ceilalți, dar, făcând acest lucru, îmi fac rău mie însumi. Joc rolul "băiatului bun" sau a "fetei bune" și arăt o flexibilitate foarte mare, dar devin prea generos, ceea ce mă face să simt frustrare, mai ales dacă sunt nevoit să-mi las dorințele deoparte. Mă dau la o parte poate și din cauza culpabilității și timidității, care mă fac să mă resping pe mine însumi. Mă judec foarte aspru, am "mustrări de conștiință", fondate sau nu, care pot avea legătură cu trădarea. **L3** reacționează de asemenea, dacă, în numele sensibilității mele prea mari, evit să îmi comunic emoțiile, neștiind cum vor fi primite acestea. Devin "paralizat", neputincios chiar, în emoțiile mele, în corpul meu, în gândurile mele, ceea ce mă împiedică să îmi manifest creativitatea și tot ceea ce este legat de ea, mai ale comunicarea și sexualitatea care rămân "rigide" și "frigide".

O stare proastă a vertebrei **L3** poate cauza afecțiuni ale organelor genitale (ovare sau testicule), la uter sau la vezică și la genunchi, precum artitra, inflamații și dureri.

Pentru a depăși această descurajare, accept↓♥ să întind brațele spre ceilalți și să îndrăznesc să îmi exprim emoțiile pentru ca potențialul meu creativ să renască și să se manifeste.

L4 = când este afectată **a patra vertebră lombară**, acest lucru este provocat de multe ori de faptul că am dificultăți în a face față realității de zi cu zi. Sunt puțin precocupat de ce se întâmplă în jurul meu și foarte atașat de trecut, pot să mă plâng într-o lume imaginară și astfel să trăiesc într-o stare pasivă. Apare o stare de indiferență. "De ce să îmi fac griji ?" De obicei mă supun evenimentelor care vin, în loc să le creez, lucru care îmi provoacă un gust amar. Este un aspect prezent mai ales pe plan profesional, în munca mea: am aspirații **enorme**, dar fricile mele mă împiedică să avansez și îmi frânează schimbările pe care le-aș putea face. La acestea se adaugă o nesiguranță legată de bani. Mă simt în afara normei, diferit de ceilalți. Poate fi ceva legat de muncă sau de cuplu, care nu mi se pare potrivit. Încerc să rămân într-o structură definită. Este singurul mod de a obține aprobarea celorlalți, atenția lor și de a păstra o imagine pozitivă. La fel ca și în cazul vertebrei **L4,** am nevoie să mă protejez și mă închid, deoarece mă las foarte ușor influențat de lucrurile din jurul meu, mai ales de ceea ce pot spune cceilalți despre mine, lucru care îmi afectează mult sensibilitatea. Toate acestea îmi afectează și sexualitatea, pe care am tendința să o neg. Mă critic foarte mult și discernământul meu este uneori foarte scăzut, deoarece mentalul meu este rigid, astfel nu pot avea o vedere de ansamblu asupra unei situații și, prin urmare, să găsesc soluții sau posibilități. Vreau să controlez în loc să îmi ascult vocea interioară. O vertebră **L4** afectată poate provoca dureri în zona nervului sciatic, a corpului uterin, la femei și a prostatei, în cazul bărbaților.

Accept↓♥ să îmi ascult vocea interioară, lucru care îmi redă controlul asupra vieții mele. Îmi recapăt puterea de a-mi crea viața așa cum vreau și îmi regăsesc gustul de a împlini lucruri mari.

L5 = când cea de **a cincea vertebră lombară** este afectată pot să mă întreb ce se întâmplă în viața mea actuală. Oare am o atitudine de dispreț sau de nonșalanță față de o persoană sau o situație ? Este posibil să simt gelozie, nemulțumire, frustrare, să am senzația că viața m-a păcălit și să îmi fie greu să recunosc acest lucru.

Mă devalorizez față de membrii familiei, de prieteni, de colegii de muncă etc. Mă simt diferit, mai ales legat de fantasmele mele sexuale și, prin urmare, trăiesc în tăcere. Sunt deconectat de frumusețea mea interioară. Viața mea este atinsă de un apetit sexual necontrolat (în toate aspectele) și trebuie să învăț să îmi cultiv relațiile interpersonale, mai ales pe plan afectiv, să învăț să fiu sincer și să mă simt bine, deoarece, în sinea mea, trăiesc o nesiguranță mare și îmi este greu să exprim ceea ce trăiesc. Am tendința de a fi ușor depresiv, deoarece trec cu ușurință de la un partener la altul, fără să știu prea bine de ce mi se întâmplă acest lucru, mă simt "cinstit" în ceea ce trăiesc. Inventez tot felul de scenarii și atenția mea este concentrată pe detaliile mărunte, ceea ce mă împiedică să trec mai departe. Există o umbră de tristețe care îmi întunecă viața și mă împiedică să mă bucur de ea. Nesiguranța mea, neîncrederea mea și greutatea pe care o port pe spate, mă împiedică să merg înainte. Învăț să savurez fiecare moment care trece și să apreciez abundența care face parte din viața mea. Trăiesc cu recunoștință și bucurie. Starea proastă a vertebrei **L5** poate cauza dureri de picioare, la genunchi și degetele de la picioare. Regiunea lombară face parte și din sistemul central al mișcării. Dacă îmi este greu să negociez cu societatea, atât în ceea ce privește direcțiile pe care le aleg, cât și sprijinul pe care îl primesc de la aceasta, pot trăi **frustrare** sau **resentimente.** Nu vreau să trec de provocarea față de anumite persoane sau situații. **Relațiile mele personale** cu cei din jur **au de suferit.** De asemenea, poate fi vorba despre dificultatea de a accepta↓♥ faptul că îmbătrânesc. Îmbătrânesc și trebuie să accept noțiunea de **muritor.**

În cele din urmă, zona lombară este foarte strâns legată de centrii de energie inferioară: coccisul și osul sacru, care sunt legate în mod special de sexualitate. Dacă trăiesc conflicte interioare sau exterioare legate de sexualitatea mea, dacă mi-am **refulat** energia sexuală, dacă mă simt trădat, poate apărea o durere în această zonă.

Cele **5 vertebre scare** și cele **4 vertebre ale coccisului** sunt legate de această zonă.

Când sunt afectate vertebrele **zonei sacrale** este posibil să am impresia "că nu am coloană vertebrală" și că am nevoie de altcineva sau altceva pentru a mă susține. Sunt pus la încercare de către viață pentru a-mi cunoaște nivelul de integritate şi de onestitate. Am un potenţial enorm, dar sunt oare pregătit să fac eforturile necesare pentru a-mi împlini scopurile ?

Vertebrele **zonei sacrele** sunt următoarele:

S1, S2, S3 = fiind **primele trei vertebre sacrale**, sunt sudate şi vor fi prezentate împreună. Formează un întreg. Reacţionează la rigiditatea pe care o manifest, la amorţeala mea de spirit faţă de anumite situaţii sau anumite persoane, la mintea mea închisă, care refuză să înţeleagă ceea ce vor să spună ceilalţi. Vreau să deţin controlul, pentru a mă simţi puternic şi în siguranţă, iar dacă îl pierd, mă înfurii, devin agresiv şi pot avea tendinţa să vreau să bat pe cineva, atât sunt de frustrate şi de plin de supărare. Toate aceste sentimente îşi au cauza de multe ori, în relaţiile mele afective (care nu sunt tot timpul aşa cum mi le doresc) şi într-un conflict cu autoritatea. Comunicarea, atât cea verbală cât şi cea sexuală, este deficitară, mă simt tot timpul judecat. Am impresia că înot contra curentului şi mă simt închis. Am nevoie să iau o pauză şi să îmi observ clar viaţa, să meditez la ceea ce vreau şi să clădesc o bază solidă.

S4, S5 = toate dorinţele îşi au sediul în **a patra şi a cincea vertebră sacrală.** Dacă sunt capabil să le gestionez bine, dacă îmi acord timp pentru odihnă şi pentru a a face lucrurile care îmi plac, **S4** şi **S5,** vor funcţiona foarte bine. Totuşi, dacă trăiesc culpabilitate, mă consider leneş şi mă confrunt cu datoria mea şi cu moralitatea mea, îmi judec atitudinea ca fiind "incorectă", cele două vertebre riscă să reacţioneze puternic. Am dreptul să fac anumite lucruri pentru mine şi să evadez uneori, dar trebuie să evit ca acest lucru să devină un mijloc de fugă, pentru a nu face faţă responsabilităţilor. În acest moment lenea poate fi în dezavantajul meu: mă ţine într-o stare de laşitate şi de pasivitate, care mă împiedică să merg înainte. De aceea, în cazuri extreme, picioarele mele vor fi, de asemenea, afectate. Singura modalitate de a vindeca un os sacru **rupt** sau **luxat**, este imobilitatea fizică, pe o durată lungă de timp. **Osul sacru** este legat de al doilea centru de energie, situat la nivelul primei vertebre lombare. Un dezechilibru al acestui centru de energie poate determina următoarele afecţiuni fizice: la nivelul organelor genitale, poate exista infertilitate, frigiditate sau herpes, la nivelul rinichilor, cistite şi calculi renali, iar la nivelul digestiei, există riscul de diaree, de constipaţie, de colită, de incontinenţă etc. Deviaţiile coloanei vertebrale (scolioza) apar de obicei la acest nivel şi sunt însoţite de dureri de spate. Cea de a doua chakră de energie influenţează raporturile pe care le am cu cei din jur şi o disfuncţie a acestei zone, care afectează osul sacru, va indica stresul meu, angoasele, fricile şi tendinţa mea depresivă, pe care trebuie să învăţ să le gestionez. O dificultate la nivelul **osului sacru** poate reflecta existenţa unui conflict interior faţă de ceea ce este **sfânt** şi **sacru,** faţă de valorile mele religioase. Oare sunt în contradicţie cu acestea sau mă culpabilizez deoarece am lăsat deoparte viaţa spirituală ? Am impresia că trebuie să fac multe **sacrificii** ? Am de luat o decizie **crucială** şi mă simt pierdut în faţa acesteia. Cine mă sprijină în deciziile mele? Osul **sacru** are legătură cu relaţia părinte-copil şi poate fi atins din cauza unui sentiment de ură. Vreau să avansez în viaţă, dar mă agăţ de trecutul meu şi de lucrurile sau de persoanele care îmi sunt familiare şi care îmi conferă un sentiment fictiv de stabilitate, de control şi de protecţie. Dualitatea mea interioară nu poate dispărea decât dacă îmi identific în mod sincer emoţiile actuale, astfel acestea vor deveni un mijloc de transformare.

Coccisul este în legătură cu prima chakră, sau centru de energie, sediul supravieţuirii. Reprezintă baza sexualităţii mele, îndeplinirea adecvată a nevoilor de bază (sexualitate, hrană, protecţie, adăpost, **iubire**[87] etc.), tot ceea ce îmi asigură stabilitatea. **Coccisul** este format din **patru vertebre** sudate una de alta. Reprezintă dependenţa mea de viaţă sau de cineva. O durere în această zonă poate semnifica faptul că, corpul îmi spune că trebuie să mă opresc. Mai ales nesiguranţa mea se manifestă în legătură cu nevoile de bază, de supravieţuire, mai ales faptul de a avea un acoperiş, hrană, haine etc. Hrana, în acest sens, cuprinde nevoile fizice, dar şi pe cele emoţionale şi sexuale. Am nevoie să mă simt în siguranţă, ca o pasăre în cuibul ei. O afecţiune la **coccis** poate proveni din sentimentul meu de a fi dominat, de a mă simţi ca "un nimic". Am tendinţa de a mă **ghemuiesc** în colţul meu, ca şi cum aş fi pedepsit: simt că o parte din mine este moartă şi privesc viaţa care trece pe lângă mine, fără să fac parte neapărat din ea. Rămân în situaţii care ar fi trebuit să se termine cu mult timp în urmă, dar incertitudinea şi îndoiala pun stăpânire pe mine. Oricine are nevoie de **iubire** în viaţa lui.

Oricine are nevoie de comunicare prin relaţii sexuale, cu partenerul său. Aceste nevoi sunt adeseori negate sau reprimate, mai ales din cauza convingerilor morale şi religioase, care mă determină să fiu nesatisfăcut. Pot să mă simt neputincios, în toate sensurile cuvântului şi simt o furie care se zbate în mine. Vreau să fug de orice situaţie care îmi afectează sensibilitatea şi faţă de care pot simţi culpabilitate. De exemplu, dacă trebuie să îmi las copilul să fie crescut de altcineva, oasele coccisului vor reacţiona foarte puternic. Pot să mă simt ca un cuc, care iese din ascunzătoare pentru câteva secunde şi care trebuie apoi să se întoarcă pentru timp lung. Trebuie să îmi las orgoliul la o parte, adică fricile mele. Trebuie să am încredere în viaţă şi mai ales în capacitatea mea de a mă exprima şi a avea grijă de mine. Când am o dificultate legată de acest aspect din mine, verific în interiorul meu până în ce punct sunt dependent de o persoană care, conştient sau nu, îmi satisface anumite nevoi din viaţă. Sunt capabil să îmi împlinesc propriile nevoi, să fiu autonom. Este posibil ca, persoanele de care **mă ataşez** să fie mult mai dependente la nivel afectiv decât mine şi să aibă nevoie de acest gen de relaţie. Deoarece **coccisul** este legat de prima chakră, un dezechilibru la acest nivel de energie poate cauza tulburări fizice, cel mai adesea legate de rect sau de anus (hemoroizi, mâncărime), vezică (tulburări urinare, incontinență), prostată. Pot apărea și dureri la baza coloanei vertebrale, o luare sau o pierdere în greutate considerabilă (obezitate sau anorexie), o proastă circulație sanguină la nivelul picioarelor (feblită) și a mâinilor. Aceste afecțiuni indică faptul că am nevoie să re-echilibrez acest centru de energie. În cazul în care cad și **mă lovesc la coccis**, mă întreb în ce situație am impresia că mă învârt în cerc. Bat pasul pe loc. Îmi neg impulsurile. Deoarece mă tem de propriile mele emoții, îmi înțepenesc spatele pentru a-mi proteja imaginea pozitivă, dar viața mă readuce la realitate, mă face "să revin cu picioarele pe pământ".

---

[87] **Iubirea aici se referă la iubirea unei mame pentru copilul ei.** Când este afectat coccisul, este posibil să trăiesc o frică de a pierde sau a nu avea, cel puţin o iubire asemănătoare celei pe care un copil o primeşte de la mama lui. În acest caz este vorba despre acest gen de iubire, nu despre cea din relaţia dintre doi adulţi.

Accept↓♥ să văd până în ce punct fac dovadă de independență și de vigoare în viața mea. Trebuie să las la o parte orice sentiment de **neliniște** față de nevoile mele de bază și să **conștientizez acum** forțele mele interioare și să recunosc că eu sunt persoana cea mai potrivită pentru a-mi asigura propria viață.

1115. SPATE— FRACTURĂ A VERTEBRELOR *Vezi și: OASE — FRACTURĂ*

Facturarea unei vertebre este de obicei rezultatul unei revolte interioare, o reacție la o **inflexibilitate mentală**, legată de autoritate. Văd viața fără deschidere de spirit și acest lucru **atrage fractura**. Gândurile mele sunt prea **rigide**, refuz să mă adaptez unor idei noi, care mă îndepărtează de **iubire** și care îmi aduc suferință. Sunt intransigent și adeseori foarte orgolios și ar fi mai bine pentru mine să fiu mai **modest.** Spatele este suportul meu, iar o durere la spate este foarte inconfortabilă. M-am săturat să port toată această greutate pe umerii mei. VREAU SĂ FIU RECUNOSCUT ȘI RESPECTAT. Există o dualitate în interiorul meu, care mă distruge. Vreau să fiu centrat, în contact cu esența mea pentru a ști perfect ceea ce este bun pentru mine. Vreau să fiu creatorul vieții mele. Mă simt prins într-o situație și trebuie să merg înainte pentru a mă elibera. Îmi accept↓♥ atitudinile din prezent știind că pot să le schimb începând de acum. Viața este frumoasă, cu schimbările ei și este important să învăț să mă las purtat de curentul vieții.

1116. SPLINA

Splina este situată în partea superioară stângă a abdomenului, sub diafragmă. Principalele funcții ale acestui organ limfoid, care face parte din sistemul imunitar, sunt de a veghea asupra calității globulelor roșii și de a lupta împotriva infecțiilor, prin producerea de anticorpi. Nostalgia situațiilor neterminate, regretele, grijile, toate își pot avea sediul în splină. Dacă **splina** mea nu funcționează bine, este posibil ca și eu să am problemE legate de funcționare, principal cauză fiind fixația mea pe anumite gânduri negre și negative. Sunt obsedat de ceva sau de cineva. Acest lucru îmi scade nivelul de energie și nu mai am chef de nimic. Am impresia că sunt un **ratat**, că mi-am **ratat**, mi-am **masacrat viața**, deoarece nu am reușit să termin anumite lucruri, nu am știut să merg mai departe. Simt că "am pierdut trenul", am ratat ocazii frumoase și îmi port pică, mă cred incapabil sa reușesc în viață. Alterez astfel istoria familiei mele. Vreau să compensez uitare față de familia mea sau prietenii mei, dar nu mai pot ! Am creat o situație din care nu mă mai pot sustrage. Acest lucru poate determina o **ablație a splinei**. Negativismul poate fi legat de felul în care mă văd: sunt urât, nu sunt bun, nu sunt la înîlțime. Am mai mult tendința să dorm și să fiu pasiv. Mă hrănesc cu furie și nu există nimic vesel în viața mea. Există ceva sau cineva care mă irită: poate fi vorba despre cineva din falimia mea, o persoană pe care o consider " ratată". Problemele care apar la **splină** transmit o indicație referitoare la fricile pe care le-aș putea avea în legptură cu o problemă legată de **sânge**, de a nu avea detul sânge, de exemplu, de a **sângera** prea tare (precum în perioada menstruației sau în timpul unor transfuzii de sânge). Pot să cred ca "sângele meu nu este bun" sau că este atât de rar încât nu cred că aș putea fi salvat, în cazul unui accident grav, dacă aș avea nevoie de o transfuzie.

Frica de moarte apare foarte des, în plan secund. **Splina** are funcția de a controla calitatea globulelor roșii ale sângelui și o proastă funcționare a splinei poate indica o rană interioară profundă, nevindecată. Este ca o plagă care sângerează. Sângele reprezintă bucuria de a trăi, pot avea impresia că viața este o luptă atât de grea, încât poate ar fi mai bine să renunț și să mă retrag. Vreau să mă refugiez departe de realitate, într-o lume mai spirituală, care nu este conectată la pământ, iar acest lucru poate determina o **umflare a splinei**. Mă limitez eu singur într-o structură rigidă, ceea ce mă îndepărtează de sentimentul de libertate. Acest lucru se poate vedea în aspectul meu fizic, prin faptul că **slăbesc**. Ridic un zid între mine și emoțiile mele și port o mască: am impresia că este un mod foarte bun de a măă apăra de lumea exterioară și de a evita să fiu **umilit**.

În loc să fiu tot timpul obsedat de ideile negative pe care am tendința să le exagerez, accept↓♥ să le schimb și să găsesc mijloace de a fi mai deschis. Îmi dedramatizez viața și învăț să râd de mine însumi și de anumite situații. Învăț să îmi comunic treptat emoțiile, pentru a-mi păstra echilibrul și armonia din corpul meu.

1117. S.P.M. (sindrom premenstrual) *Vezi: MENSTRUAȚIE — SINDROM PREMENSTRUAL*

1118. S.R.A.S. *Vezi: SINDROM RESPIRATOR ACUT SEVER*

1119. STARE DE RĂU

Nu este o boală propriu-zisă, mai degrabă un disconfort pe care îl resimt, de intensitate diferită. Este un stare de a fi negativ, mă aflu în conflict cu mine sau cu o situație din viața mea. Maniera de decodare a stării de rău este asemănătoare celei pentru boală. Simptomele clinice sunt mai vagi. Starea de rău provine dintr-un conflict conștient sau inconștient, care trebuie rezolvat înainte ca starea de rău să se transforme în boală.

1120. STARE VEGETATIVĂ CRONICĂ *Vezi: CREIER — STARE VEGETATIVĂ CRONICĂ*

1121. STÂNGACI

Un **stângaci** înseamnă, în general, cineva care îşi foloseşte mai mult mâna stângă şi braţul **stâng** decât mâna dreaptă şi braţul drept, în activităţi precum scrisul, cântatul la un instrument, sport etc. Pe vremuri, în educaţia noastră, se acorda o mare importanţă faptului de a fi dreptaci, adică a fi dreptaci era considerat "corect" şi a fi **stângaci** înseamna a fi "incorect", anormal. De aici vine şi expresia: "ce **stângaci** eşti!" cu sensul de **neîndemânatic**. În prezent trecem de la Era Peştilor la Era Vărsătorului, adică am trecut de la partea raţională la cea intuitivă şi creativă. Se ştie că faptul de a împiedica un copil să fie **stângaci**, dacă aceasta este tendinţa lui naturală, poate să ducă la apariţia unor ticuri, la nesiguranţă, tulburări afective, dificultăţi în a scrie şi a citi, a unui sentiment de culpabilitate sau de inferioritate.

Dacă am trăit astfel de sentimente deoarece am fost obligat să fiu dreptaci, este important să-mi restabilesc pacea interioară prin înţelegerea şi acceptarea↓♥ a ceea ce am trăit. Cum partea stângă reprezintă partea afectivă, intuitivă, sensibilitatea, pe scurt, partea "feminină" a fiinţei mele, dacă sunt stângaci, fie că sunt femeie, fie că sunt bărbat, înseamnă că partea mea creativă este foarte dezvoltată şi am o uşurinţă aparte de a învăţa muzica sau orice altă formă de artă. Este ceva înăscut în cazul meu. **Stângaciul** poate avea o personalitate mai introvertită, în timp ce un dreptaci este mai extrovertit şi mai deschis în comunicarea cu ceilalţi. Nu îmi rămâne decât să îmi accept↓♥ potenţialul creativ şi să îmi folosesc sensibilitatea pentru ca totul să se manifeste din plin. Mă accept↓♥ aşa cum sunt ştiind că am capacităţi uluitoare, care fac din mine o persoană unică.

1122. STERILITATEA

Sterilitatea se defineşte drept incapacitatea de a se reproduce.

Aceasta induce sentimente de neputinţă, de disperare, de culpabilitate şi impresia că trăieşti o nedreptate. Stresul pe care îl trăiesc sau presiunea pe care o exercit pentru a avea un copil, pot împiedica procesul în sine. **Sterilitatea** poate indica o respingere, o rezistenţă inconştientă faţă de ideea de a avea un copil sau teama că acesta ar putea avea un handicap, o diformitate sau ar putea să moară. Sau, este posibil să vreau un copil doar pentru a împlini aşteptările celor din jurul meu, dar, în sinea mea, nu îmi doresc cu adevărat acest lucru. Sau, aş putea să cred că, dacă voi avea un copil, îl voi reţine astfel pe partenerul meu. Dacă îmi este teamă de naştere sau de faptul că sunt incapabil să fiu părinte (teama de responsabilitate, de problemele financiare...) sau dacă nu vreau să trăiască şi copilul meu aceleaşi suferinţe pe care le-am trăit eu, îmi provoc **sterilitatea**, deoarece ideea de a avea un copil, devine, inconştient, ***de nerealizat.***

Este posibil să mă consider imatur pentru acest gen de experienţă, sau sunt prea egoist. *Frica* pune stăpânire pe mine. Dacă sunt **femeie**, este posibil să simt teama de a retrăi, prin sarcină, amintirile momentelor în care mama mă purta în pântece şi care m-au putut afecta. Pot, la nivel inconştient, să resping imaginea mamei mele (cea care mi-a dat viaţă) sau relaţia pe care am avut-o. Dacă trăiesc un mare gol interior, poate nu îl voi putea umple, nici măcar cu un copil... **Sterilitatea masculină** apare atunci când un bărbat consideră responsabilităţile de a fi tată, prea mari şi trebuie să îşi asume acest rol. Este posibil ca, fără să fiu conştient de acest lucru, să nu vreau să ***reproduc*** aceleaşi greşeli pe care cred că le-au făcut părinţii mei. Sau poate fi vorba, inconştient, de o reglare de conturi, nu neapărat faţă de partenera mea, ci mai ales faţă de familie, care a vrut tot timpul să îmi dicteze ce să fac în viaţă. Trebuie să înţeleg că dorinţa de a avea un copil poate fi foarte mare, dar şi frica la fel de mare, fie că este conştientă sau nu; aceasta este diferenţa care poate determina dacă procesul de reproducere are loc sau nu. Este posibil, de asemenea, să port un bagaj ereditar, format din fricile mamei sau ale bunicii mele. Fie că sunt bărbat, fie că sunt femeie, este important să verific dacă am avut în trecut experienţe care m-au făcut să trăiesc anumite blocaje sexuale. Un demers psihoterapeutic sau energetic poate fi foarte recomandat în acest caz. Oare vreau un copil numai pentru a umple un gol, pentru a da un sens vieţii mele sau pentru a mă simţi, în sfârşit, util şi important ? Sau, din contră, poate am impresia că nu am atât de multe de oferit, pentru a "merita" un copil. Îmi analizez viaţa şi mă întreb în ce domeniu al vieţii mele pot fi foarte fertil, foarte "reproductiv". În acest caz, îmi împlinesc nevoia de a vea un copil, în alt domeniu al vieţii mele.

După aceea, mă întreb dacă îmi doresc în continuare un copil şi dacă da, accept↓♥ să îmi manifest creativitatea printr-o sarcină. Este posibil însă să nu am de trăit această experienţă, de a fi părinte. Este foarte important să îmi analizez natura dorinţei mele şi să am încredere în decizia mea de a da viaţă unui copil sau nu. Orice s-ar întâmpla, accept↓♥ să îmi trăiesc din plin viaţa şi îmi acord permisiunea de a trăi experienţe bogate, care să mă apropie mai mult de fiinţa mea divină. Trebuie să îmi recunosc din plin valoarea. Trăiesc pentru mine însumi, cu valorile şi cu priorităţile, care sunt importante pentru mine şi care mă fac să vibrez o dată cu universul. Resping orice gând de genul "nu sunt bun, sunt incapabil sau rău". Viaţa îmi spune să fiu mai deschis faţă de mine însumi, să am grijă de mine. Trebuie să fiu fericit dinainte, nu să aştept venirea unui copil pentru ca acesta să mă facă fericit. Astfel, evit să fac ca fericirea mea să depindă de altcineva, deoarece este o responsabilitate foarte grea pentru acea persoană. Mă las purtat de viaţă şi îi cer vieţii ca totul să decurgă natural, atunci când va fi momentul potrivit. Între timp, îmi cultiv creativitatea şi fecunditatea în alte domenii din viaţa mea. Îmi creez viaţa asemenea *tapiserului* care îşi ţese pânza.

1123. STERN

Sternul este un os plat situat în partea anterioară şi mediană a toracelui şi care se articulează cu primele şapte perechi de coaste şi cu clavicula. Deoarece sternul se vede foarte bine atunci când îmi bombez pieptul, acesta este legat de imaginea pe care mi-o construiesc faţă de mine şi faţă de ceilalţi. Dacă resping ceea ce sunt, dacă am mereu impresia că ceea ce fac nu este suficient de bun, **sternul** meu se poate **crăpa**. Mă simt ***mediocru***. Pot avea tendinţa de a mă revolta foarte uşor şi reacţionez prin a-i înfrunta pe oameni cu agresivitate, deoarece am fost rănit în trecut. Mă ***cabrez*** ca un cal în faţa unui obstacol. Este posibil să fi trăit o situaţie în care nu mi-am putut lua la revedere de la cineva sau nu am putut strânge în braţe acea persoană. Mi-am pierdut spontaneitatea şi naivitatea de copil şi am devenit un gladiator care se luptă în această lume, pe care o consider ingrată. Atunci când şi burta mea este predominantă şi ieşită în afară, la fel ca sternul, am o dificultate de accepta↓♥ ceea ce sunt şi mă opun unei situaţii. Sunt rotund, deoarece îmi ascund emoţiile, nu ştiu să mă poziţionez şi vreau să plac tuturor, sunt prea blând gesturile mele şi nu ştiu să îmi fixez limitele. Întorc frustrările şi situaţiile împotriva mea. Încetez să mai opun rezistenţă faţă de ceea ce sunt şi faţă de evenimentele din viaţa mea. Aleg să mă cunosc şi să mă apreciez pentru ceea ce sunt.

Accept↓♥ să particip din plin la transformarea vieţii mele, deoarece eu sunt creatorul acesteia. Accept↓♥ să fiu ferm şi să mă exprim cu toată încrederea.

1124. STRABISM *Vezi: OCHI — STRABISM*

1125. STRES

Stresul este un răspuns de adaptare faţă de un eveniment, o situaţie sau un pericol, real sau imaginar. Capacitatea de a se adapta depinde de diferiţi factori: orice situaţie care creeză un efort prea mare pentru organismul meu, poate duce la apariţia unui stres, care apoi se schimbă în depresie, dacă are o intensitate foarte mare. **Stresul** poate fi de ordin psihologic (presiunea celor din jurul meu), fizic (o solicitare puternică, legată de muncă, de sport, de căldură sau frig etc) chimic sau biochimic (luarea de medicamente, chimioterapie, schimbări hormonale). Stresul în sine este, de fapt, mai puţin important decât reacţia mea faţă de acesta. Poate fi ceva mai degrabă pozitiv, stimulant şi creativ, decă ceva ameninţător pentru copul meu. În funcţie de reacţiile mele faţă de situaţiile şi emoţiile corespunzătoare, efectul stresant va fi benefic sau nociv pentru mine. Este important de observat faptul că, chiar şi un eveniment fericit îmi poate provoca un stres puternic. De exemplu, dacă câştig un milion de dolari la loterie, este posibil să trăiesc o depresie deoarece am impresia că am atât de multe lucruri de schimbat în viaţa mea, încât îmi este teamă că nu voi reuşi. Oare o să-mi păstrez locul de muncă şi colegii pe care îi respect ? Prietenii mei vor mai fi la fel faţă de mine ? Va trebui să mă mut ? Voi fi capabil să mă adaptez la toate aceste schimbări ?

Accept↓♥ să privesc în interiorul meu şi să îmi observ reacţiile, motivaţiile şi atitudinile, în loc să îi învinuiesc pe ceilalţi sau situaţiile exterioare. Învăţ să mă relaxez şi să recunosc şi beneficiile **stresului**.

1126. STOMAC (în general)

Stomacul primeşte hrana şi o digeră pentru a acoperi diferitele nevoi nutritive ale corpului, de vitamine, proteine etc. În acelaşi fel, îmi hrănesc creierul cu situaţiile şi evenimentele care apar în viaţa mea. Fiecare **stomac** are propria sa funcţionare. Chiar dacă forma generală este asemănătoare, digestia poate fi diferită de la o persoană la alta. Stomacul meu reflectă felul în care absorb şi integrez realitatea şi **capacitatea mea de a digera ideile noi sau situaţiile noi.** Poate fi comparat cu un barometru care indică gradul meu de deschidere şi felul meu de a reacţiona în viaţă. Accept ↓♥ să primesc ideile noi, cu deschidere şi fără să judec.

1127. STOMAC (durere de...) *Vezi şi: STOMAC— ARSURI LA STOMAC*

Afecţiunile care afectează **stomacul** se referă la "pâinea cea de toate zilele", la latura materială şi maternă a existenţei mele. Ştiu ce muncă face stomacul meu şi ştiu că acesta reprezintă **felul meu de a digera, de a absorbi şi de a integra evenimentele şi situaţiile din viaţă.** Problemele de stomac apar atunci când realitatea mea cotidiană este în conflict cu dorinţele şi cu nevoile mele. Aceste conflicte se regăsec de obicei la nivelul relaţiilor mele de familie, amicale sau profesionale. Trăiesc angoase importante. Anumite lucruri le "resimt la stomac". Digestia mea, atât la nivelul gândurilor cât şi al emoţiilor mele are loc dificil, deoarece am tendinţa de a rămâne agăţat de trecut şi îmi este greu să mă iert pe mine însumi şi pe ceilalţi. Dacă nu **comunic,** dacă ascund anumite lucruri, **stomacul** meu va reacţiona. Dacă am să îmi reproşez anumite lucruri sau nu am **conştiinţa** liniştită, **stomacul** meu poate fi, de asemenea, afectat. Dacă am **crampe la stomac,** trebuie să mă întreb în ce situaţie din viaţa mea trăiesc o stare de nesiguranţă. Mă simt pierdut şi mă resemnez, crezând că această situaţie este fără ieşire. Senzaţia că mă roade stomacul este adesea legată de o nevoie de **iubire** de "hrană emoţională" şi de alimente. Hrana reprezintă afecţiunea, siguranţa şi supravieţuirea. Dacă simt un gol în viaţa mea, aş vrea să îl umplu cu hrană, mai ales în momentele de separare, moartea cuiva, pierdere sau lipsă de bani. Hrana poate să mă ajute de asemenea, să mă "eliberez" de tensiunile materiale sau financiare. Simt o **lipsă** indispensabilă pentru supravieţuirea mea. **Fermentaţia** provine din faptul că nu vreau să fac faţă anumitor emoţii, pe care le trăiesc faţă de unele persoane sau situaţii. Las aceste emoţii departe, dar sunt tot timpul acolo, se acumulează şi "fermentează", sub efectul atitudinii mele "acide". Repet tot timpul anumite situaţii din trecut, pe care nu le pot "digera". Am tendinţa să "rumeg" situaţii trecute şi de a le retrăi şi să trăiesc aceleaşi atitudini şi emoţii negative: astfel evit conflictele.

Acestea îmi rămân în **stomac**. Pentru **stomac** este foarte greu să digere emoţiile netrăite. Iar cum realitatea mea este în conflict cu visele şi cu nevoile mele, acest lucru îmi provoacă emoţii puternice. Nu îmi exprim contrarietatea şi sunt nervos. **Furia şi agresivitatea** îmi rod interiorul şi le refulez. Dar în zadar! Astfel apar **ulcerul** şi **arsurile stomacale.** Am **frici** mari, digestia mea devine greoaie deoarece **stomacul** meu este nervos şi fragil. Care este situaţia din viaţa mea pe care "nu o diger"? De obicei, este vorba despre ceva ce s-a întâmplat mai recent.

Poate fi vorba despre un conflict în familia mea, în mediul profesional, în cercul meu social, relaţiile cu vecinii, o situaţie în care eu am avut un rol activ. Trăiesc multă nelinişte, mai ales din cauza unei slabe încrederi în mine, ceea ce face dificilă acceptarea↓♥ emoţiilor mele. **Durerile de stomac** vor apărea atunci când trăiesc o situaţie conflictuală pe plan financiar sau în viaţa profesională. Unele situaţii sunt atât de respingătoare şi dezgustătoare, încât **stomacul** meu refuză să le digere. Care este situaţia sau persoana care aş vrea să dispară din viaţa mea ? Vreau să schimb o parte din mine sau din felul meu de a trăi, deoarece **conştientizez** că sunt prea artificial şi prea rigid ? Faţă de cine sau în ce situaţie mă simt ***neînţeles*** ? De ce sunt tratat într-un mod ingrat ? Reacţionez la realitatea mea într-un mod negativ şi sunt tratat într-un mod ingrat ? Reacţionez la realitatea mea într-un mod negativ şi "acid" şi sufăr de indigestie şi de greţuri. **Digestia este prea lentă** şi **stomacul** meu este tensionat şi rigid, iar eu evit să fac schimbări în viaţa mea. Mă întreb dacă şi eu sunt lent şi pasiv, evit să duc lucrurile mai departe, din cauza nesiguranţei mele. Dacă acest **inconfort digestiv** apare după mese **(dispepsie)** înseamnă că există o inactivitate şi o indecizie.

Conştientizez faptul că trebuie să fiu mai deschis în viaţă şi accept↓♥ că situaţiile şi evenimentele apar pentru a mă ajuta să mă împlinesc. Acceptarea↓♥ le va transforma în experienţe şi presiunea sau tensiunea vor dispărea. Accept ↓♥ să trăiesc în adevăr şi transparenţă pentru a-mi potoli emoţiile profunde şi a fi în armonie cu cei din jurul meu. Iertarea şi reconcilierea sunt cele mai importante pentru vindecarea mea. Astfel voi găsi în mine un sentiment de siguranţă şi de plenitudine.

1128. STOMAC — AEROFAGIE

Aerofagia înseamnă înghiţirea în mod involuntar a unei cantităţi de aer, care pătrunde în esofag şi în stomac. Este un fenomen fiziologic, la orice vârstă, dar atunci când apare prea frecvent poate provoca dilatarea esofagului sau a **stomacului** (aerogastrie). Trăiesc o nervozitate mare, o tensiune interioară. Am o dificultate de a-mi gestiona, de a-mi "digera" viaţa, mal ales pe plam material şi finaciar. Devin preocupat tot timpul. Angoasa îmi conduce viaţa. Mă simt ameninţat, sătul şi nu mai pot ingera nimic sau integra ceva nou. Oare am nevoie de o "gură de aer" în viaţa mea ? Ce vreau să absorb dintr-o singură înghiţitură ? Vreau să merg prea repede şi nu am timp pentru mine, lucru care îmi sporeşte riscurile de a experimenta eşecuri. Cine mă perturbă în munca mea, în relaţiile mele, în viaţa mea ?

Accept ↓♥ să mă retrag puţin pentru a-i recâştiga spaţiul vital. Învăţ să respire, să mestec, să îmi accord timp pentru a trăi şi nu îi mail as pe ceilalţi să îmi controleze viaţa. Învăţ să aleg atunci când este nevoie. Acceptându-mi↓♥ forţele interioare şi acceptând↓♥ să le las se să exprime, îmi voi regăsi sentimental de siguranţă şi echilibrul.

1129. STOMAC (cancer la...) *Vezi: CANCER LA STOMAC*

1130. STOMAC— ARSURI LA STOMAC

Aşa cum denotă şi numele, o **arsură la stomac** este semn că ceva, o situaţie, un eveniment, o persoană, **mă arde, este acidă, mă înfurie.** Situaţia mi se pare iritantă, nedreaptă, oribilă şi am un sentiment de neputinţă. Am impresia că sunt controlat de elemente din exteriorul meu. Mă simt dominat şi nu mă pot elibera de acest control, lucru care îmi stârneşte **furia** interioară faţă de mine însumi. Când apare o astfel de situaţie, mă pot întreba: "ce anume mă arde sau mă înfurie ?" Ce nu îmi place şi "nu reuşesc să diger[88]"? Am o atitudine "acidă" şi amară faţă de viaţă. Este posibil, de asemenea, să mă agăţ de această furie, în mod inconştient, deoarece îmi este frică să mă afirm, să fiu liber şi să îmi exprim nevoile, dorinţele şi intenţiile la nivelul **inimii♥**. Sunt unic şi ceilalţi sunt diferiţi de mine în toate aspectele. Trebuie să rămân deschis şi atent la propriile mele nevoi şi să accept↓♥ responsabilitatea întreagă pentru actele mele, chiar dacă ceilalţi sunt diferiţi de mine. Faptul de a reînghiţi, de a refula o emoţie (furie, supărare, enervare) creşte aciditatea gastrică şi, în acelaşi timp, mă împiedică să înghit orice altceva (deoarece **arsurile** se manifestă sub formă de **presiune interioară** în regiunea **stomacului**).

Accept ↓♥ să văd legăturile dintre adevăratele mele sentimente şi **arsurile de stomac**. Rămân calm şi observ felul meu de a fi, reacţiile mele faţă de situaţiile pe care le trăiesc, precum şi atitudinea mea faţă de evenimentele cotidiene. Concentrându-mi atenţia pe convingerea mea că viaţa este bună şi că nevoile mele sunt toate împlinite la momentul potrivit, respectul meu faţă de mine va creşte şi furiile următoare vor fi diminuate. Îmi acord timp pentru a aprecia fiecare moment din viaţa mea şi **stomacul** meu se va comporta mai bine!

1131. STOMAC — GASTRITĂ *Vezi şi: INFLAMAŢIE*

Gastrita este o inflamare acută sau cronică a mucoasei stomacului, locul în care începe procesul de digestie. Dacă există o inflamaţie, este semnul unei iritaţii şi a unei furii faţă de ceva sau cineva pe care nu le pot digera. Nu înţeleg de ce anumite lucruri nu se întâmplă aşa cum vreau eu sau unele persoane nu acţionează aşa cum îmi doresc eu. Pot avea sentimentul de a fi fost înşelat, de a fi prins într-o situaţie sau trădat de tăcerea cuiva. Sunt iritat de ceva ce sistemul meu digestiv a absorbit şi realitatea "digerată" mă deranjează foarte tare. Am o stare de nesiguranţă şi mă întreb ce mă aşteaptă de acum înainte. Sunt ca un câine de pază care este tot timpul pe punctul de a fi în pericol.

Învăţ să accept↓♥ situaţiile şi pe ceilalţi aşa cum sunt, ştiind că am putere doar asupra mea. Îmi schimb aşteptările în sens pozitiv: mă aştept la tot ce este mai bun de la viaţă. Încetez să mă mai stresez şi învăţ să mă bucur de fiecare moment al vieţii.

---

[88] "Nu reuşesc să diger" aici expresia are sens figurat. Poate fi vorba despre o persoană despre care cred "pe acea persoana, nu reuşesc să o diger". Înseamnă că nu o respect pe acea persoană, îi port pică pentru ceva etc.

1132. STRĂNUT

Strănutul este provocat de excitarea sau gâdilarea pereţilor interiori ai nărilor, care provoacă o ieşire bruscă şi simultană a aerului pe nas şi pe gură. **Strănutul** înseamnă că există ceva sau cineva care mă deranjează, mă irită. Observ ce fac în acel moment şi cu cine. Ce anume mă indispune, situaţia sau persoana ? Sunt pe cale să **critic** pe cineva sau pe mine însumi ? Inconştient, simt nevoia să ies dintr-o anumită situaţie, să mă eliberez sau să mă îndepărtez de cineva, deoarece am o nemulţumire. Ce anume vreau să resping în viaţa mea ? De ce sau de cine vreau să scap ? ce anume am nevoie să exprim sau să exteriorizez ? care este partea din mine faţă de care opun rezistenţă ?

Identific cauza şi accept↓♥ să ocup locul care mi se cuvine şi să acţionez astfel încât să restabilesc armonia, să vorbesc cu persoana în cauză sau să îndrept situaţia respectivă.

1133. SUBLINGUALE (glande...) *Vezi: GLANDE SALIVARE*

1134. SUFOCARE *Vezi: RESPIRAŢIE— SUFOCARE*

1135. SUGHIŢ

Sughiţul este provocat de contracţiile spasmodice, subite şi involuntare, ale diafragmei.

Este posibil să trăiesc o revoltă interioară, o culpabilitate, o autocritică. Acest lucru îmi perturbă organismul. Apare din nou **sughiţul** ? Poate fi frecvent şi să dureze mult. Este o experienţă foarte incomodă şi neplăcută pentru persoana afectată. Oare există ceva incomod şi neplăcut în ceea ce trăiesc sau ceea ce aş vrea să trăiesc, care încă nu se manifestă şi ceva ce nu pot opri ? **Sughiţul** este programat (de exemplu: "de fiecare dată când beau o băutură gazoasă, sughiţ") ? Există o situaţie în viaţa mea, pe care nu o pot admite, asupra căreia nu am niciun control şi pe care aş vrea să o schimb, să o fac să înceteze, la fel ca pe **sughiţul** meu ? În ce situaţie sunt în **dezacord** şi am impresia că nu pot fi înţeles ? Îmi ascult tot timpul vocea interioară şi aprobările ei ? Pot trăi o emoţie faţă de o persoană cu autoritate şi aş vrea să îi spun: "M-am săturat !" Îmi este frică de ceva sau de cineva şi **sughiţul** îmi aminteşte că trebuie să mă eliberez de acea frică. Nerăbdarea şi impulsivitatea mea faţă de un eveniment poate, de asemenea, cauza **sughiţul.**

Accept ↓♥ să fiu mai calm în viaţă. Învăţ să gust şi să îmi apreciez viaţa din plin. Accept↓♥ că toate sunt în ordine în planul divin, că totul este în regulă şi **sughiţul** va dispărea. Accept↓♥ să am putere deplină asupra mea şi să am grijă de mine.

1136. SUPĂRARE *Vezi: MELANCOLIE*

Supărarea este legată de o formă de anxietate, o nelinişte sau o tristeţe care se manifestă prin plâns, sunete de durere, singurătate, scrâşniri din dinţi.

Inima♥ mea este rănită şi bolnavă în urma unei experienţe regretabile şi dureroase din trecut. Supărarea mea poate dura mult sau doar un moment. Caut cauza adevărată, adeseori foarte adâncă şi inconştientă. Există posibilitatea ca mai multe răni din copilărie să reapară după ani de zile sau anumite **conştientizări.**

Accept↓♥ să rămân deschis faţă de ceea ce trăiesc şi să identific rapid adevărata sursă a supărării mele pentru a mă putea schimba. Accept ↓♥ conştientizarea pe care am făcut-o şi o integrez. Astfel îmi voi regăsi bucuria de a trăi şi "cresc" prin această experienţă.

1137. SUPRAPONDERAL *Vezi: GREUTATE [EXCES DE...]*

1138. SUPRAOXIGENARE *Vezi: HIPERVENTILAŢIE*

1139. SUPRARENALE *Vezi: GLANDE*

1140. SUPTUL DEGETULUI

Prin suptul degetului mare de la mână, încerc să recreez senzaţia de bine din pântecele mamei mele. Uneori degetul mare este înlocuit de cel mijlociu, care simbolizează sensibilitatea. Căldura şi umiditatea din gura mea îmi dau o stare de siguranţă, impresia că sunt la adăpost de toată lumea. Când îmi sug degetul mare sau un alt deget, am impresia că pe moment, sunt satisfăcut. **Conştientizez** cât de neputincios şi de dependent de ceilalţi mă simt. Am o foame de a învăţa, de a mă realiza şi, în loc să îmi umplu acest gol prin mâncare, îl umplu prin suptul degetului. Dacă sunt copil, prin acest gest îmi exprim teama de a deveni mare, adult. Dacă degetul sau degetele pe care le sug sunt îndreptate spre cerul gurii, înseamnă că am nevoie de tatăl meu, de prezenţa lui, am nevoie să mă protejeze. Dacă degetele sunt plasate sub limbă, în spatele incisivilor de jos, am nevoie de afecţiune, de prezenţa maternală. Trebuie să îmi întăresc sentimentul de siguranţă interioară, având grijă de mine şi făcându-mi pe plac.

Accept↓♥ să exprim ceea ce simt şi fac un efort pentru a fi mai deschis faţă de ceilalţi şi a le cere ajutorul dacă am nevoie. În loc să am încredere în degetul meu, că mă va susţine, am încrederea în forţele mele interioare şi accept↓♥ faptul că sunt tot timpul protejat.

1141. SURDITATE *Vezi: URECHI— SURDITATE*

1142. SURDO-MUT *Vezi şi: URECHI — SURDITATE*

Dacă sunt surd, dintr-un motiv de natură congenitală sau mi-am pierdut auzul în copilărie şi nu am reuşit să învăţ să vorbesc, se spune despre mine că sunt **surdo-mut**[89]. Totuşi gradul meu de auz variază între 0% şi 30%. Este posibil să existe o situaţie pe care nu am vrut să o aud, probabil legată de părinţii mei şi, mai ales, de mama mea, care poate nu voia să mă asculte. Poate fi vorba despre o situaţie în care, când eram în braţele ei, să fi spus: "Nu mai vreau să aud vorbindu-se despre acest lucru". Sunt responsabil de ceea ce mi se întâmplă şi, dacă acest lucru mă afectează, înseamnă că şi eu am ceva de înţeles din această situaţie. Poate, când eram bebeluş aveam o dificultate cu faptul de a deveni autonom, independent, de a-mi dezvolta individualitatea (mai ales după ce am petrecu 9 luni de fuziune cu mama mea). Poate voiam să mă protejez de lumea exterioară.

---

[89] **Surdo-mut:** în America de Nord se preferă termenul de "surd" deoarece, chiar dacă persoana respectivă nu aude, poate articula sunete sau chiar cuvinte, cu ajutorul ortofoniei

Accept↓♥ să **conştientizez** această situaţie şi îmi dezvolt tot mai mult ascultarea interioară, care mă ajută să profit de bucuriile vieţii şi să mă împlinesc, în relaţiile cu cei din jurul meu.

Ş

1143. ŞALAZION *Vezi: PLEOAPE*

Şalazionul este o mică tumoră de natură inflamatorie (un nodul roşu, suplu) situată de obicei pe marginea interioară a pleoapei. Deoarece tumora este legată de un şoc emoţional, apare când trăiesc o emoţie intensă legat de ceea ce văd, ceea ce am văzut sau ceea ce nu mai pot să văd deoarece mi se pare ceva oribil. Există, de asemenea, multe lucruri care mi-au fost impuse, trebuie să evoluez în interiorul regulilor şi a constrângerilor rigide şi nu mai suport. Sunt frustrat şi simt multă furie. Pot verifica care pleoapă şi care ochi sunt afectate: ochiul stâng ţine de domeniul afectiv, iar cel drept reprezintă raţionalul şi responsabilităţile.

Accept↓♥ să fiu deschis la ceea ce văd şi sunt mai centrat pe mine însumi.

1144. ŞANCRU (în general) *Vezi: ULCER (E) [ÎN GENERAL]*

Şancrul apare într-un loc izolat al pielii sau al mucoaselor, sub formă de ulceraţie. Este semnul unei boli contagioase aflate la debut, boală care poate fi adeseori de origine venerică. Trăiesc o furie care are legătură cu raporturile mele sexuale. Locul în care apare **şancrul** indică mai precis ceea ce trăiesc în acea situaţie. Astfel, **şancrul** poate apărea pe părţile genitale, pe anus, pe faţă, pe mucoasa gurii. Când există un **şancru** sub formă de ulcer cu puroi apare în gură, acest lucru indică faptul că există ceva care mă împiedică să spun anumite lucruri. Sunt nemulţumit, dezaprob anumite situaţii din viaţa mea şi nu îndrăznesc să vorbesc despre acest lucru. Reţin anumite cuvinte care **fermentează** şi acest lucru poate produce puroiul. Resping sau condamn o situaţie sau o persoană. Îi fac pe ceilalţi responsabili de nefericirea mea. Aş vrea să îi scuip în faţă.

Accept↓♥ să vorbesc şi să mă exprim chiar dacă nu sunt de acord cu viaţa mea şi cu ceilalţi. Trebuie să fac acest lucru dacă vreau să rămân deschis să primesc energia activă a cuvintelor şi exprimaea de sine. Mă accept↓♥ în sexualitatea mea şi îmi acord dreptul de a descoperi **iubirea** care mă va ajuta să mă dezvolt.

1145. ŞANCRU — ULCER BUCAL (herpes) *Vezi: GURĂ [DURERE DE...]*

1146. ŞOLDURI *Vezi şi: BAZIN*

Şoldurile îmi poartă corpul în echilibru perfect şi sunt situate între bazin şi femur. Mă sprijin pe **şolduri**. **Şoldurile** ajută picioarele să se mişte pentru a duce corpul înainte. **Şoldurile** determină dacă merg înainte sau nu. Reprezintă credinţele mele fundamentale cu privire la ceea ce sunt sau ar trebui să fie relaţiile mele cu lumea. **Şoldurile** cuprind poziţia pe care o am faţă de a trăi în raport cu mine însumi sau în funcţie de ceilalţi şi de felul în care mă văd aceştia.

Bazinul şi **şoldurile** formează un ansamblu şi reprezintă **faptul de a mă lansa în viaţă.** Prin urmare, **şoldurile**, reprezintă de asemenea, nivelul meu de determinare pentru a avansa în viaţă.

Accept↓♥ să merg înainte cu bucurie şi încredere în viaţă, ştiind că orice experienţă există pentru a mă ajuta să-mi descopăr bogăţiile interioare.

1147. ŞOLDURI (dureri de...)

Şoldurile amortizează mişcarea picioarelor şi mersul. Picioarele mă ajută să avansez liber, există şi un raport de **autonomie.** Pot să fiu reţinut în a merge înainte şi a lua deciziile importante în viaţa mea. Atunci când amortizez un anumit drum personal, când încep să îmi pun întrebări despre diverse lucruri, se întâmplă să am dureri de **şolduri,** să fiu indecis cu privire la înaintarea în viaţă sau la direcţia pe care o am de urmat. Mă întreb dacă am dreptul să trăiesc pentru mine însumi sau trebuie să mă sacrific pentru ceilalţi, aşa cum am făcut tot timpul. Există o dualitate imensă, care mă împiedică să merg înainte şi, dacă continui să trăiesc sub presiune, să urmez un drum care nu îmi place, aş putea chiar să **îmi fracturez şoldul.** Pot avea impresia că trebuie să cedez, împotriva voinţei mele faţă de ceva sau cineva mai puternic decât mine. Prin **problemele de la şolduri**, corpul meu îmi indică o anumită amorţeală, o rezistenţă, o rigiditate. Trăiesc o inflexibilitate faţă de o situaţie sau faţă de persoană. Acest lucru poate proveni dintr-o situaţie în care m-am simţit **trădat** de cineva sau **abandonat** şi acest lucru m-a afectat atât de tare, încât acum îmi re-evaluez toate relaţiile cu ceilalţi. În plus, am nevoie să stabilesc reguli noi, pentru a mă proteja şi a evita să fiu rănit din nou. Este posibil să fiu neliniştit cu privire la viitor: sunt îngrijorat atunci când trebuie să iau o decizie imporrtantă, deoarece pot avea impresia că nu merg nicăieri sau că nu voi ajunge niciodată nicăieri sau, pur şi simplu, mă consider lipsit de orice valoare, "un nimic". Oare sunt capabil să îmi realizez visele dragi **inimii♥** mele? Când mă dor **şoldurile** (de exemplu, dacă sufăr de artitră) corpul meu îmi transmite un mesaj: există un dezechilibru în mine. Nu îmi pot impune ideile şi personalitatea, prin urmare mă supun. Sunt furios, deoarece ceilalţi nu îmi recunosc nevoile. Aş vrea ca ceilalţi să răspundă aşteptărilor mele, fără să fiu nevoit să le cer acest lucru. Când apare o **durere**, există o culpabilitate. **O durere la şolduri**, sau **şoldurile** care nu vor să se mişte, pot indica faptul că îmi blochez energia sexuală de frică sau din culpabilitate. Mă consider un partener sexual slab, îmi este greu să comunic cu celălalt. Este posibil să îmi fie frică de intimitate şi uneori ar fi mai uşor să mă îndepărtez de persoana iubită, în loc să fac faţă problemelor mele. Pot chiar să mă îngraţ în zona şoldurilor, pentru a crea un spaţiu fizic între mine şi celălalt. Trăiesc un sentiment de neputinţă atât la nivel sexual cât şi în capacitatea mea de a mă accepta↓♥ aşa cum sunt, cu gusturile mele, cu dorinţele mele, cu plăcerile mele. Sunt tulburat pe plan sexual şi emoţional şi **şoldurile** mele nu mai funcţionează normal. Această neputinţă poate proveni şi din faptul că nu mă simt capabil, sau nu mă mai simt capabil să mă poziţionez şi să mă **opun** în faţa cuiva sau a ceva. Nu îmi acord dreptul de **a merge spre** o situaţie sau un loc, care ar putea să îmi

ofere o plăcere pe plan sexual, din cauza interdicţiilor pe care mi le-am impus sau a celor pe care le-am acceptat↓♥ din partea societăţii. Această situaţie mă obligă să meditez la limitele pe care mi le fixez. Observ până în ce punct mă împiedic să avanasez, deoarece, în loc să îmi trăiesc viaţa cu emoţiile mele, o trăiesc în minte. **Decalcifierea** şoldului indică faptul că siguranţa mea se dărâmă, mă simt neputincios şi nu mai îndrăznesc să mă mişc. Mă simt golit, deoarece am sentimentul că am dat foarte mult, mă simt folosit.

Accept↓♥ să nu mai fiu ca o mamă pentru toată lumea. Îmi permit să primesc, să mă hrănesc cu **iubire.** Corpul meu mă ajută să îmi dezvolt conştiinţa, pentru a avansa în voaţă cu încredere şi siguranţă şi îmi arată că trebuie să fiu flexibil în modul meu de a lua deciziile, să îmi asigur astfel un viitor mai bun. Sunt echilibrat şi avansez în viaţă cu încredere şi seninătate. Îi mulţumesc vieţii pentru tot ceea ce mă ajută să experimentez în fiecare moment. Învăţ să trăiesc în echilibru cu experienţele mele. Mă eliberez de greutatea responsabilităţilor de care nu mai am nevoie: acest lucru mă ajută să iau mai uşor deciziile.

T

1148. TABAGISM *Vezi: FUMAT*

1149. TAHICARDIE *Vezi: INIMĂ♥ — ARITMIE CARDIACĂ*

1150. TALAMUS

Talamusul are forma a două mase voluminoase de substanţă cenuşie, situate de fiecare parte a celui de-al treilea ventricul din creierul anterior şi foloseşte ca releu pentru sensibilităţile specifice. O disfuncţie a **talamusului** indică mari autoinvestigaţii pe care le fac referitor la ceea ce sunt şi la felul în care mă percep ceilalţi. Este posibil să trăiesc, în relaţia de cuplu, o ***nefericire*** pe care nu îndrăznesc să o mărturisesc. Pot să am o stare de disperare profundă. Poate fi faţă de mine însumi sau faţă de o persoană iubită. Îmi este frică de judecata celorlalţi, de faptul că nu sunt respectat, că sunt umilit. Cu toate acestea, de multe ori, sunt primul care mă critic şi mă judec. Am tendinţa să mă compar cu ceilalţi. Latura mea afectivă este într-un fel, moartă. Mă aflu într-o perioadă de schimbări mari: este ca şi cum aş fi pe care să mă schimb radical; las la o parte tot ceea ce mă împiedică să merg înainte, chiar dacă acest lucru mă sperie. Îmi caut adevărata identitate.

Învăţ să mă accept↓♥ aşa cum sunt şi realizez că, dacă sunt sincer cu ceilalţi, voi manifesta mai multă **iubire** şi voi avea relaţii sănătoase şi durabile.

1151. TARTRU *Vezi: DINŢI [AFCŢIUNI ALE...]*

1152. TĂIETURĂ Vezi: ACCIDENT

Tăietura indică o dezordine emoţională, o durere mentală puternică, care se manifestă pe plan fizic şi care poate ascunde o culpabilitate foarte mare. Mă face să **conştientizez** o rană interioară şi faptul că este posibil să vreau, în mod inconştient, să mă autodistrug. Este un avertisment, un semn cu privire la faptul că trebuie să re-evaluez direcţia în care vreau să merg. Vreau să fac lucrurile prea repede. Iar acesta este semnul unui conflict interior adânc. Îmi împing limitele prea mult! Pentru a identifica mesajul observ locul în care m-am tăiat şi activitatea pe care o făceam în acel moment. De exemplu, **o tăietură la mâini** poate însemna faptul că mă simt vinovat să îmi exprim creativitatea în situaţiile cotidiene sau că sunt iritat deoarece fac un lucru care nu îmi place, mă grăbesc şi mă simt **vinovat**. De obicei, în momentul în care are loc tăietura, există o emoţie pe care nu reuşesc să o stăpânesc. Oare am impresia că sunt fără apărare şi că cineva vrea să profite de mine şi să mă rănească? Profunzimea şi gravitatea **tăieturii** îmi arată cauza conflictului: tăieturile uşoare indică o culpabilitate uşoară, care de obicei este legată de detaliile zilnice, cărora le acord o atenţie prea mare sau, din contră, mă las distras şi neatenţia mea mă face să omit

detaliile importante. **O tăietură mai mare** şi mai largă indică faptul că culpabilitatea este mult mai importantă: mă simt "tăiat" în esenţa mea profundă sau tăiat de restul lumii, tăiat în două, în faţa unei decizii pe care trebuie să o iau, devastat faţă de o persoană sau o situaţie. Mă simt vulnerabil, incapabil de a acţiona. Nivelul meu de stres şi de anxietate este ridicat, deoarece am impresia că trebuie să fiu tot timpul cu garda ridicată. Pot avea impresia că sunt prizonierul imaginii pe care vreau să o ofer, al idealurilor care mi-ai fost impuse de societate sau de mine însumi. Simt că libertatea mea este năruită şi vreau să mă revolt. Mă simt "tăiat", deconectat de adevăratul meu eu, de potenţialul meu real.

Accept↓♥ ceea ce trebuie să înţeleg, îmi asum alegerile şi fac schimbările care se impun. Îmi acord timp pentru a mă opri şi a îmi evalua viaţa şi obiectivele. Am puterea să îmi împlinesc toate visele: trebuie doar să îmi accept↓♥ adevărata natură, forţele mele interioare şi totul devine posibil. Reiau contactul cu mine însumi şi cu oamenii care mă pot ajuta în parcursul meu.

1153. TENDINITĂ *Vezi: TENDON [ÎN GENERAL]*

1154. TENDON (în general)

Tendonul este punctul de legătură dintre muşchi şi oase, pe care este inserat. Este format din ţesut conjunctiv. Acest ţesut moale, constituit din energie mentală, care se uneşte cu energia spirituală, are ca efect unificarea exprimării şi a mişcării complete. Acest lucru creează o legătură directă cu "corpul meu spirit". Tendoanele reprezintă capacitatea mea de a mă adapta diferitelor situaţii ale vieţii şi felul în care avansez ascultându-mi vocea interioară.

Tendoanele suple indică supleţea mea faţă de mine însumi şi faţă de ceilalţi. Dacă sunt rigide însă, rigiditatea lor denotă tendinţele mele de a fi rigid. Dacă energia mea mentală este rigidă, eu devin inflexibil. Astfel, ţesutul meu moale va simţi acest lucru, provocând apoi o rigiditate fizică. Atunci când trăiesc un conflict între ceea ce cred că am de făcut şi vocea mea interioară care îmi spune cu adevărat, ceea ce trebuie să fac, simt o durere la **tendoane**. Am tendinţa să mă devalorizez. Energia mea mentală (exprimată prin tendoane) alege o direcţie, în timp ce, energia mea fundamentală, profundă şi spirituală (oasele) vrea să aleagă direcţia opusă. Verific care tendon este afectat şi găsesc o indicaţie referitoare la aspectul vieţii mele, în care mă devalorizez. De exemplu, dacă am o **tendinită la încheietura mâinii**, este cazul să mă întreb: "În ce activitate, în care îmi folosesc încheieturile şi mâinile, am impresia că nu sunt suficient de bun, sau că aş putea fi mai bun ?" Ce anume mă face să stagnez ? În ce situaţie am nevoie de îmbunătăţiri pentru a-mi îndeplini obiectivele în viitor, deşi mă simt neputincios să fac acest lucru ? Mă simt blocat şi incapabil să îmi îndeplinesc scopurile. Am nevoie să mi se întindă o mână de ajutor. Am tendinţa de a merge spre obiectivele mele, dar în acelaşi timp îmi este teamă că nu voi reuşi. Mă întreb care este capacitatea mea de a concilia dualităţile din viaţa mea. Dacă sunt capabil, de exemplu, să trec uşor de la vechile la noile mele idei, ştiind că mă pot baza pe autoritatea mea interioară şi tendoanele mele vor fi sănătoase. Dacă sunt tot timpul contrariat şi trăiesc în funcţie de ceilalţi, **tendoanele** mele devin fragile şi se destramă. Sunt slăbite şi eu, de asemenea, mă simt slăbit sau nu mă simt suficient de bun. Pot să cred că faptele mele sunt considerate fără valoare.

Accept↓♥ să recunosc importanţa echilibrului energiilor mele şi să merg înainte în viaţă. Pot să am încredere în înţelepciunea mea divină.

1155. TENDONUL LUI AHILE

Tendonul lui Ahile face legătura dintre muşchiul pulpei şi osul călcâiului. Este tendonul cel mai puternic din corp: poate suporta până la 400 de kilograme. **Tendonul lui Ahile** simbolizează realizarea gândurilor şi a dorinţelor, atât pe plan fizic cât şi spiritual. Foloseşte, de asemenea pentru a exprima orice blocaj din mişcarea gleznei. De exemplu, dacă am o dorinţă puternică de stabilitate, dar este greu să obţin acest lucru, din cauza unei situaţii financiare precare. Tendonul poate suporta foarte multe, oare şi eu am impresia că suport o greutate foarte mare ? Acesta poate fi foarte puternic şi poate suporta o greutate mare, deoarece are baza solidă, dar eu, dacă mă simt gol pe dinăuntru, pe ce aş putea să mă sprijin ? Poate acord prea mare importanţă "ambalajului", exteriorului şi ignor conţinutul ? Care sunt priorităţile mele, valorile mele profunde ? Pe ce se bazează viaţa mea ? Oare sunt în contact cu esenţa mea divină sau trăiesc doar la nivelul aparenţelor ? Există o ruptură în relaţiile mele cu ceilalţi, mai ales cu copiii sau cu părinţii mei ? Am nevoie tot timpul să mă mişc, să plec, ca şi cum nu aş putea sta într-un singur loc prea mult timp, asemenea unui ţigan, care se mută dintr-un loc într-altul ? **Conştientizez** faptul că, **tendonul lui Ahile**, lucrează mai mult atunci când stau în picioare (în poziţie verticală) decât atunci când sunt culcat. Poate deveni fragil atunci când am o dificultate de a mă ridica. Poate fi vorba despre dorinţa de a fi promovat, de o schimbare de rang social, de dorinţa de a face parte dintr-o echipă profesionistă de sportivi, dar apar obstacole, care împiedică realizarea acestei dorinţe.

Accept↓♥ să acţionez pentru a face lucrurile să se mişte, pentru a-mi împlini visele şi a atinge scopurile pe care mi le-am propus. Îmi bazez viaţa pe valori umane profunde. Îmi amplific forţa interioară fiind eu însumi.

1156. TENIA *Vezi: INTESTINE — TENIA*

1157. TENIS ELBOW *Vezi: COATE— EPICONDILITĂ*

1158. TENSIUNE ARTERIALĂ— HIPERTENSIUNE

Imaginea care reprezintă o persoană suferind de hipertensiune este cea a unei oale sub presiune, care fierbe pe foc. În acest caz sunt o persoană care acumulează, pe o perioadă lungă de timp, gânduri şi emoţii, care nu sunt exprimate; sunt de multe ori hipersensibil şi mă controlez greu. Furia şi stările mele de contradicţie, pentru care încă nu am găsit soluţii, mă copleşesc şi fierb în interiorul meu. Mă simt confuz. Pot avea tendinţa să amân lucrurile pe care le am de spus sau de făcut, de teamă sau din lipsă de încredere în mine şi trăiesc o tensiune nervoasă foarte mare, deoarece toate acestea mi se par prea mult şi nu ştiu dacă voi fi capabil să îmi împlinesc toate proiectele. Pot să îmi amplific problemele şi culpabilitatea mea va creşte şi mai mult ***presiunea***. Dorinţa mea de a controla totul şi de a rezolva situaţiile din viaţa mea, determină creşterea tensiunii, care poate deveni incontrolabilă. Mă simt neputincios, de multe ori deoarece nu mai pot sau nu mai vreau să mă supun ordinelor, mai ales la locul de muncă. Trăiesc o frică profundă de a fi respins, mă simt în pericol şi sunt tot timpul în alertă. Mă simt strivit, lipsit de apărare. Trăiesc o **tensiune** cu privire la o situaţie emoţională sau sentimentală şi aş vrea să îmi diminuez nivelul de stres. Am o dificultate în a simţi şi a primi **iubirea** celorlalţi. M-am închis faţă de această **iubire** pentru a nu mai suferi. Şi acum nu vreau nici să mai primesc, nici să mai dau. **Hipertensiunea** pe care o am îşi poate avea originea şi în frica mea de moarte, conştientă sau nu şi în dorinţa mea de a profita la maximum de viaţă, deaorece vreau să îmi realizez cât mai multe dintre obiectivele fixate. Creierul este cel care comandă tensiunea nervoasă şi inima♥ este cea care dă ritmul şi încălzeşte sângele: împreună, reglează **tensiunea.** Am sentimentul că eu însumi îmi creez această presiune sau că provine de la ceilalţi ? Oare neg anumite aspecte ale personalităţii mele, care încearcă cu disperare să iasă la lumină ? Mă simt ***comprimat*** ? Este posibil să mă simt în pericol dacă îmi exprim adevăratele sentimente şi acest lucru poate induce o stare de depresie. Trebuie să fiu cel mai bun, performant, să-mi folosesc la maximum capacităţile. Dacă nu reuşesc să fiu atât de bun cât îmi doresc, atât pe plan fizic, cât şi pe plan intelectual, ***presiunea*** şi **tensiunea** vor fi enorme. Caut armonia peste tot şi mă simt responsabil, chiar şi atunci când este vorba şi despre alte persoane. Ce misiune mi-am atribuit ! Deoarece am tendinţa de a fi hiperactiv (ceea ce mă ajută să uit grijile) o metodă bună de a trăi în armonie ar fi să îmi stabilesc priorităţile printre lucrurile pe care le am de făcut şi să îmi acord timp pentru a descoperi ce se întâmplă în interiorul meu şi a-mi exprima toate aceste emoţii, care nu cer decât să se exteriorizeze.

Accept↓♥ să învăţ să las să iasă aburii, treptat şi să **conştientizez** presiunea pe care o pun asupra mea. Evit acumularea care provoacă explozia. Învăţ să am încredere în mine. Accept↓♥ faptul că nu mai am nevoie de această presiune pentru a mă simţi viu. Mă accept↓♥ aşa cum sunt şi recunosc faptul că, sunt o fiinţă unică.

1159. TENSIUNE ARTERIALĂ — HIPOTENSIUNE

Contrar hipertensiunii, **hipotensiunea**, apare în cazul unei persoane care are tensiunea arterială prea scăzută (de reţinut că, cineva poate avea o tensiune scăzută şi să se simtă în plină formă, tensiunea este cea potrivită, atâta timp cât nu îi afectează calitatea vieţii).

Dacă sunt o persoană cu tensiunea mică, acest lucru poate indica faptul că îmi lipseşte dorinţa de a trăi. Am impresia că nu merge nimic, că este inutil să fac eforturi, deoarece, oricum, am sentimentul că nu va funcţiona nimic. Mă simt golit de energie şi nu mai suport greutatea situaţiilor pe care le trăiesc. Mă las purtat de descurajare şi de negativism. Inima♥ nu mai are nicio putere asupra mea. Joc rolul victimei şi am impresia că viaţa mea este ca un mare gol. Mă simt neputincios față de ceea ce mi se cere să fac pentru a mă plasa în normele stabilite de societate, norme, care nu corespund neapărat valorilor mele personale. Îmi este teamă că voi renunța la visele mele. **Hipotensiunea** poate provoca o pierdere a cunoștinței. Aceasta este semnul că vreau să fug de responsabilitățile mele, de anumite situații sau persoane, deoarece faptul de a le face față mă obligă să mă poziționez și să fac anumite acțiuni care nu îmi plac și pe care poate nu vreau să le fac. Mă simt responsabil pentru toată lumea din jurul meu și este o povară prea greu de suportat. Este o situație care a apărut, probabil, foarte devreme în viața mea. Mă simt atât de slab, neputincios, epuizat... Nu mai am chef să mă implic în viață. Mesajul pe care mi-l transmite corpul meu este să am încredere și să îmi iau viața în mâini. Aleg să mă las îndrumat de forța mea interioară.

Accept↓♥ să îmi acord timp pentru mine. Dacă îmi regăsesc starea de seninătate, descoperind ceea ce iubesc, reluând contactul cu lucrurile care mă pasionează și trăind fiecare zi cu simplitatea unui copil, îmi voi regăsi bucuria de a trăi. Le las celorlalți responsabilitățile lor și mă ocup de ale mele. **Tensiunea mea arterială** poate rămâne scăzută, dar va fi doar un semn că am atins un nivel de stres aproape de zero și că îmi trăiesc viața în armonie cu cursul vieții însăși.

1160. TESTICULE (în general) *Vezi și: PENIS [AFECȚIUNI ALE...]*

Glandele sexuale masculine reprezintă aspectul masculin. O afecțiune a **testiculelor,** denumite în limba popular "bijuteriile familiei" este de obicei legată de frici, de nesiguranță, de imaginea tatălui, de îndoielile mele legate de faptul că sunt bărbat și de capacitatea mea de a procrea. Poate indica o lipsă de acceptare↓♥ a sexualității mele, a preferinței mele sexuale. Teama de a fi judecat în funcție de performanța mea poate duce la **impotență.** Mă simt slab și vulnerabil. De ce trebuie să dovedesc ceva, atât în pat cât și în familie sau la muncă ? Ce am de dovedit ? Când trăiesc o situație tensionată, mi se întâmplă să am impresia că sunt "strâns de testicule", mai ales dacă partenera sau partenerul meu, este o persoană autoritară. Devin martor și spectator, în loc să fiu actorul principal al vieții mele. ***Angajamentul*** devine pentru mine un lucru foarte periculos, care îmi poate fi chiar ***fatal.*** În același timp, este posibil să mă simt blocat în acțiune și în creativitatea mea, ***deposedat*** de talentele mele. Undeva în adâncul meu, există o frică de a ***pierde*** pe cineva sau ceva, care este omniprezentă. Poate fi vorba despre un membru al familiei, pe care îl iubesc sau poate fi vorba despre teama de a-mi pierde identitatea, timpul, speranța, memoria. Am tendința de a mă culpabiliza, de a mă simți denigrat, destrămat de către o persoană, de obicei de sex opus. Mă simt sau ceilalți mă fac să mă simt ca un copil mic. Mă retrag în colțul meu, mă ascund în spatele unei măști pentru a evita să fiu din nou rănit. **O torsiune testiculară**, care apare mai ales la copii, reprezintă felul în care **conștientizez**, într-un mod dur, imaginea falsă pe care o am despre tatăl meu. O altă interpretare ar fi că, am nevoie să fiu ***atestat***, să existe martori ai acțiunilor mele, caz în care poate apărea un **chist** sau o **tumoră**. Refulez atât de mult ceea ce sunt, încât ajung să fiu separat complet de forțele mele profunde. Dacă există o **inflamație a testiculelor (orhita)**, frustrarea și furia mea cresc tot mai mult, deoarece nu mai suport închisoarea emoțională și nici respingerea spontaneității și creativității mele. Incapacitatea mea de a realiza anumite proiecte îmi afectează, de asemenea, testiculele. Dacă testiculele nu sunt coborâte în scrot **(criptorhidie)** este posibil să fi avut o copilărie în care cuvintele schimbate cu tatăl meu erau inexistente, de multe ori, deoarece era prea autoritar și puternic.

Mă simt sufocat și am o mare neîncredere față de ceilalți. Dacă **scrotul** este afectat, acest lucru indică faptul că, vreau să mă protejez, deoarece îmi este teamă că mi se va întâmpla ceva, mai ales la nivelul **testiculelor.** Sunt prins într-un conflict în care este vorba despre bani. **Varicocelul** indică o frică de a avea copii, deoarece eu însumi am impresia că nu am avut părinți sau că unul dintre ei era absent și m-am simțit orfan.

Accept↓♥ să îmi investighez sentimentele față de virilitate și să îmi analizez percepția mea asupra principiului masculin.

1161. TESTICULE (cancer de...) *Vezi: CANCER DE TESTICULE*

1162. TETANIE

Tetania se caracterizează prin crize de contracturi musculare și nervoase, mai ales în zona extremităților. Îmi simt mâinile, picioarele, toți mușchii, cum se crispează.

Această stare provine dintr-o hiperexcitabilitate și se produce în urma unor contraziceri. În anumite cazuri, în timpul crizelor importante, degetele mele se strâng și degetul mare, de la mână se pliază sub celelalte degete, în interiorul mâinii, ca și cum ar vrea să se izoleze de exterior. Poate că și eu vreau să mă izolez, să mă "rup" de lume, poate am dorința inconștientă de a muri, deoarece nu mai am chef de viață, mi-am pierdut bucuria de a trăi. Reacționez la o situație în care mă simt oprimat, deranjat în mișcările mele. îmi port pică pentru că nu mă pot exprima sau nu pot reacționa în anumite situații. Nu îmi mai pot refula frustrările mele și agresivitatea mea. Aș vrea să "arunc totul în aer", dar frica mea de consecințe mă împiedică să fac acest lucru.

Accept↓♥ să învăț să îmi controlez viața. Elimin gândurile negative și reduc efectul de contradicție. Dacă învăț să îmi exprim emoțiile prin cuvinte, nu mai am nevoie să fac eacest lucru prin corp.

1163. TETANOS *Vezi: MUȘCHI — TETANOS*

1164. TETRAPLEGIE *Vezi: PARALIZIE [ÎN GENERAL]*

1165. TIBIA *Vezi: PICIOARE— PARTEA INFERIOARĂ*

1166. TICURI *Vezi: CREIER — TICURI*

1167. TIMIDITATE

Timiditatea mă face să trec pe lângă lucruri minunate. Evit oamenii pe care nu îi cunosc. Îmi este teamă că sunt judecat şi renunţ la lucruri noi, sub pretextul că nu sunt potrivite pentru mine. Mă resemnez şi refuz să mai lupt. Am tendinţa să mă simt în siguranţă în rutina mea. Mă iubesc puţin şi respectul meu faţă de mine este scăzut, nu prea am încredere în mine şi rămân într-un cadru bine stabilit, unde nu mă simt nici respins, nici rănit, nici neînţeles. Aceasta formă de evadare mă face să fiu tot timpul în retragere. Pe undeva, este foarte posibil să îmi convină acest lucru, deoarece mă protejez astfel de situaţiile în care aş putea fi rănit. Comunicarea mea este foarte redusă şi doar cu persoane de care nu mă simt deloc ameninţat.

Accept↓♥ să acţionez cu calm şi îmi ofer şansa de a descoperi, în fiecare zi, lucruri noi şi oameni noi.

1168. TIMPANISM

Timpanismul este creşterea sonorităţii toracelui şi a abdomenului. Se poate simţi dacă lovim cu degetele o zonă a corpului: aceasta rezonează, ca o tobă. O astfel de stare poate fi semnul că sunt o persoană cu o sensibilitate foarte mare şi că păstrez în mine emoţiile, în loc să le las să plece. Mă simt ca o marionetă, manevreată împotriva voinţei sale. Pentru a mă proteja de sensibilitatea mea, îmi "raţionalizez" emoţiile pentru a avea impresia, pe plan intelectual, că am controlul asupra acesteia.

Accept↓♥ să îmi trăiesc din plin emoţiile, deoarece reprezintă o bogăţie pentru a descoperi diversele aspecte din mine.

1169. TIMUS *Vezi: GLANDA — TIMUS*

1170. TIROIDĂ *Vezi: GLANDA TIROIDĂ ÎN GENERAL*

1171. TOROPEALĂ *Vezi: AMORŢEALĂ*

1172. TORSIUNE DE TESTICULE *Vezi: TESTICULE [ÎN GENERAL]*

1173. TORTICOLIS *Vezi: GÂT — TORTICOLIS*

1174. TOXICOMANIA *Vezi şi: ALCOOLISM, FUMAT, COMPULSIE NERVOASĂ, DEPENDANŢĂ, DROGURI, PLĂMÂNI [ÎN GENERAL]*

Toxicomania se caracterizează prin consumul abuziv de diverse produse tozice, legale sau nu, printre care se numără tutunul, medicamentele, alcoolul şi toate tipurile de droguri. Reprezintă o formă de dependenţă fizică şi psihică. Această nevoie irezistibilă de a consuma diverse substanţe, denotă o frică foarte mare de a mă vedea aşa cum sunt. Prefer să fug, să evadez, în inconştient. Neştiind cum să mă iubesc eu însumi, nu îmi da seama că cei din jurul meu mă iubesc şi mă apreciază. Îmi este teamă de eşec. Am o nevoie atât de mare să fiu recunoscut şi iubit, încât sunt pregătit să consum produse toxice, chiar dacă risc să mor, pentru a-mi împlini aceste nevoi. Am o dificultate de a intra în contact cu ceilalţi, de a-mi exprima frustrările şi disperarea. Decid dinainte că ceilalţi nu mă pot ajuta, deoarece "nimeni nu mă înţelege!" Într-un fel, îmi convine foarte bine să gândesc astfel... Mă ascund într-o lume "fantastică" în care cred că nu mă poate atinge nimic, niciodată. Nu am chef să fac niciun efort, să devin responsabil de viaţa mea. Adorm treptat, îmi refulez rănile cât mai adânc în mine. Îmi este rău şi nici măcar eu nu le mai văd.

Accept↓♥ să văd cât de toxic este acest obicei pentru mine. Prin faptul de a fi eu însumi, pot descoperi fiinţa minunată din mine şi pot să fiu mai deschis spre **iubire**.

1175. TRAHEITĂ *Vezi: RESPIRAŢIE — TRAHEITĂ*

1176. TRAHEOBRONŞITĂ *Vezi: BRONŞITĂ, RESPIRAŢIE — TRAHEITĂ*

1177. TRANSPIRAŢIE *Vezi: MIROS CORPORAL*

1178. TREMURAT *Vezi şi: PARKINSON [BOALA A LUI...]*

Tremuratul afectează mai ales membrele superioare ale corpului şi, în special, mâinile. Include mişcări neregulate, care apar mai ales după o furie puternică sau după o frică sau o slăbiciune fizică. Este o reacţie a sistemului nervos. Pentru că mă simt prins, neputincios, **muşchii** mei se tensionează şi încep să tremure. Sunt ca un vulcan care erupe şi furia clocoteşte în mine. Pot să încep să tremur şi după ce aflu o veste sau o informaţie, căreia refuz, conştient, să îi întrevăd consecinţele; este ca şi cum m-aş minţi pe mine însumi. Există un conflict între conştientul şi subconştientul meu. Tensiunea dintre cele două părţi provoacă un **cutremur** involuntar în diverse părţi ale corpului meu (braţe, faţă, picioare, trunchi). Acesta poate avea legătură cu o întrebare pe care mi-o pun de mult timp şi la care am un răspuns, dar mă îndoiesc sau mă tem că este adevărat. Mă simt scuturat pe dinăuntru şi acest lucru se manifestă prin **tremurat**. Sunt nehotărât, nu mă pot decide în unele situaţii şi corpul meu face la fel. Energia pe care am acumulat-o în inconştientul meu, se eliberează sub formă de **tremurat**. Acesta atinge epiderma doar atunci când trăiesc o situaţie de separare, foarte dificilă.

Accept↓♥ să învăţ să mă poziţionez, să mă destind şi trăiesc în prezent. Apreciez viaţa şi fericirea !

1179. TRISMUS *Vezi: MUŞCHI — TRISMUS*

1180. TRISOMIE 21 *Vezi: MONGOLISM*

1181. TRISTEŢE *Vezi şi: SUPĂRARE, MELANCOLIE, SÂNGE / COLESTEROL / DIABET / HIPOGLICEMIE*

Tristeţea se defineşte ca "o stare naturală sau accidentală de supărare, de melancolie". Este important să îmi amintesc faptul că "tot ceea ce nu se exprimă, se imprimă". O tristeţe ne-exprimată poate declanşa o problemă la plămâni. Iar o tristeţe profundă, poate determina un **diabet**. Întreg corpul meu refuză bucuria de a trăi. Îmi concentrez atenţia pe cenuşiul cotidian. Am impresia că nimic nu este vesel pentru mine şi simt tristeţea care curge prin mine. Inima♥ mea rupe.

Acest gol imens se măreşte în interiorul meu, pentru a face loc suferinţei. Sunt deconectat de la forţa mea creatoare. Sunt supus faţă de viaţă, în loc să fiu în acţiune.

Accept ↓♥ să las suferinţa să izbucnească. Am nevoie de ceva "picant" în viaţa mea şi de căldură, care va topi toate lacrimile adunate în mine şi asltfel acestea vor ieşi din corpul meu, ca nişte vapori. Astfel, îmi pot umple golul cu blândeţe şi cu tandreţe. Iar gândurile negre vor dispărea şi îmi voi regăsi dinamismul şi bucuria de a trăi.

1182. TROMBOANGEITA OBLITERANTĂ *Vezi: BUERGER [BOALA LUI...]*

1183. TROMBOZA *Vezi: SÂNGE — TROMBOZĂ*

1184. TROMBOZA CORONARIANĂ *Vezi: INIMĂ♥ — TROMBOZA CORONARIANĂ*

1185. TROMPĂ UTERINĂ (INFECŢIA UNEI...) *Vezi: SALPINGITĂ*

1186. TUBERCULOZA *Vezi şi: PLĂMÂNI [AFECŢIUNI ALE ...]*

Tuberculoza este o afecţiune produsă de bacilul Koch[90], care se plasează, de obicei, în interiorul plămânilor, dar care poate afecta, prin intermediul sângelui şi rinichii, sistemul urinar etc. Simptomele principale sunt, între altele, bronşite repetate, o oboseală anormală, febră prelungită, scuipat cu sânge. Fiecare dintre aceste simptome indică faptul că simt furie şi că viaţa mea este lipsită de bucurii. Am impresia că sunt abandonat, că îmi pierd resursele, mai ales faţă de familia mea. Nu mai am destul spaţiu pentru a respira normal. Aş vrea să păstrez doar pentru mine oamenii pe care îi iubesc. Egoismul mă face să fiu gelos pe ceea ce au ceilalţi şi mă simt "victimă", am resentimente faţă de ceilalţi şi încerc să mă răzbun pe ei. Deoarece sunt afectaţi plămânii, **tuberculoza scoate în evidenţă frica mea de moarte, care este foarte prezentă şi care îmi invadează gândurile.** Acesta este motivul pentru care există o creştere a cazurilor de tuberculoză, după războaie, pentru că, în multe cazuri, este posibil să mă regăsesc în situaţii în care bombele cădeau aproape de mine sau în care aş fi putut fi ucis de inamic. Am trăit astfel mai multe situaţii, în care exista riscul să mor. Sau poate am fost considerat mort sau părnţii mei au crezut că voi muri la o anumită vârstă, de tânăr. Tandreţea lipseşte din viaţa mea. Îi interzic fiinţei mele interioare să se manifeste. Duritatea vieţii şi a experienţelor ei m-a făcut amar şi am o dorinţă de răzbunare. Vreau, pur şi simplu, să mă protejez de pericol. Lupta mea pentru supravieţuire mă face să port o mască de fier, să ridic un zid de piatră în faţa mea. Mă simt oprimat, parcă ceva îmi taie răsuflarea. Am nevoie să reintru în contact cu copilul meu interior, pe care l-am respins de prea mult timp. Car după mine sentimente amare faţă de evenimentele din trecutul meu. Mă izolez, evitând astfel să las să intre în mine ideile noi, atitudinile noi. Nu mai comunic cu corpul meu, nici prin săruturi, nici prin îmbrăţişări, nici prin relaţii sexuale. Astfel, nu mă eliberez de frica de moarte şi am impresia că îi protejez pe ceilalţi. Pot să fug de emoţiile mele şi să mă refugiez în muncă. Este important să **conştientizez** toate sentimentele pe care le am şi să descopăr obiectul acestei frici de moarte.

Accept↓♥ faptul că sunt protejat tot timpul. Îndrăznesc să fiu mai temerar, să îmi asum mai multe riscuri. Trebuie să depăşesc această frică de moarte şi să trăiesc momentul prezent, savurând fiecare clipă. Las blândeţea să intre în viaţa mea. Reintru în contact cu esenţa mea divină şi acum nimeni nu îmi mai poate face rău.

1187. TUMORĂ (TUMORI) Vezi şi: CHIST, CANCER [ÎN GENERAL...]

O **tumoră** este o masă de ţesut inform, care poate apărea în diverse locuri ale corpului. **Tumora** apare de obicei, în urma unui şoc emoţional. Dacă păstrez în mine rănile vechi, gândurile negative, faţă de trecut, acestea se acumulează şi formează o masă care devine apoi solidă. O tumoră indică faptul că mă ataşez foarte uşor şi lipsa mea de încredere în mine mă face să simt gelozie, invidie, decepţie faţă de mine însumi şi faţă de ceilalţi. Am un potenţial nelimitat, dar nefolosit. Simt o tristeţe adâncă faţă de o situaţie şi m-am resemnat, deoarece îmi spun că "am pierdut partida" şi abandonez, vreau să se termine viaţa. Este ca o cădere morală şi emoţională şi nu ştiu dacă o să mai pot să îmi revin. Am prea multe emoţii închis în mine şi corpul meu nu mai suportă. Cred că, dacă îi domin pe ceilalţi, dacă îi critic şi îmi folosesc puterea, acest lucru va schimba ceva, dar, în sinea mea, ştiu că nu aceasta este soluţia. O **tumoră benignă** poate creşte şi deveni **malignă (cancer)** atunci când devin tot mai neliniştit şi îmi concentrez tot mai mult atenţia pe evenimentele din trecut, care mă rod pe dinăuntru. Emoţiile mele sunt tot mai puternice şi rănile mele sunt vii. Devin atât de negativist încât sunt tot timpul în alertă şi mă aştept la tot ce este mai rău. Există o energie negativă în jurul meu, care devine mai puternică decât mine.

Accept ↓♥ să **conştientizez** faptul că această masă de celule blochează trecerea energiei în corpul meu, energie care trebuie să circule liber. Este important să îmi pot exprima tristeţea din mine. Trebuie să iau foarte în serios acest mesaj pe care mi-l trimite corpul. Mă concentrez pe prezent şi îmi exprim sentimentele. Dacă refuz acest lucru, este ca şi cum, o voce interioară mi-ar şopti: "*tu mori*, încetul cu încetul". Învăţ să mă detaşez şi să am încredere totală în mine.

1188. TUMORĂ LA CREIER *Vezi: CREIER [TUMORĂ...]*

1189. TUMORĂ MALIGNĂ *Vezi: CANCER [ÎN GENERAL...]*

1190. TURBARE

Turbarea este o boală cotagioasă, care afectează anumite mamifere (vulpea, pisica, câinele etc.) şi care se poate transmite la oameni, de obicei prin muşcături. Frica puternică de apă, **hidrofobia**, este unul dintre primele semne de **turbare**, la care se adaugă şi frica de aer, **aerofobia.** Dacă sunt afectat de **turbare**, este posibil să fiu "turbat" de furie sau de supărare, acestea fiind îndreptate împotriva mea, a unei persoane sau a unei situaţii. Mă simt neputincios, obligat să fac ceva ce îmi repugnă. Vreau să-mi creez o imagine perfectă, deoarece nu am nicio încredere în capacităţile mele. Prefer să depend de alţii chiar dacă nu suport autoritatea. M-am simţit rănit de o persoană care avea o putere asupra mea şia cum aş vrea să mă răzbun. O furtună interioară face **ravagii** şi temeliile vieţii mele sunt slăbite şi se află în pericol.

---

[90] **Koch** (Robert): medic german (1843-1910). În anul 1882 a identificat bacilul tuberculozei. A stabilit modalitatea de transmitere a bolii şi a inventat o metodă de diagnosticare. În anul 1905, a primit premiul Nobel pentru medicină, ca recompensă pentru descoperirile sale.

Accept↓♥ faptul că, nu doar prin forţă şi violenţă îmi pot rezolva conflictele şi disputele. Învăţ să-mi comunic calm nevoile, opiniile, sentimentele, respectându-mă şi respectându-i pe ceilalţi. Îmi accept emoţiile, oricare ar fi acestea.

1191. TUSE *Vezi şi: GÂT / [ÎN GENERAL] / [DURERI DE...]*

Tusea este un simptom minimalizat, de multe ori ignorat. Totuşi ea arată o iritare; aceasta poate fi la nivelul gâtului sau al plămânilor şi trăiesc o tensiune nervoasă care mă irită şi de care vreau să mă eliberez. Este posibil să mă simt sufocat într-o situaţie, de către o persoană, pe care nu o suport. Mă simt frustrat, îmi vine să ţip, să îmi "scuip" suferinţa, dar educaţia mea mă împiedică să fac acest lucru. Prin **tuse**, reuşesc să mă eliberez de emoţiile mele, să resping ceva care mă deranjează, ceva ce nu mai vreau. Poate fi vorba despre singurătate, nefericire, tristeţe, neînţelegere, frustrare etc. Uneori am nevoie să **tuşesc**, chiar mă forţez, deoarece simt ceva blocat în gâtul meu. Este vorba, de obicei, de ceva ce nu pot exprima, de teamă de reacţia celorlalţi. **Tusea** apare atunci când văd că pot fi deposedat de ceva. Pentru că vreau să păstrez totul pentru mine, corpul meu reacţionează "respingând inamicul" cu această **tuse**. Tusea este **uscată (iritativă)** atunci când sunt iritat şi îi critic pe cei din jurul meu, pe care nu îi mai suport. Atunci când sunt nervos, sub tensiune, pot să dezvolt un tic, care constă într-o tuse care îmi ascunde jena, tensiunea sau nervozitatea. **Tusea** poate persista atunci când m-am certat cu cineva şi nu am rezolvat situaţia. Sau când vreau să obţin atenţia celorlalţi. Există ceva blocat în gâtul meu, dar mai degrabă, eu mă simt blocat într-o situaţie. Mă revolt într-un mod subtil. Ezit şi, în loc să spun într-un mod direct şi ferm ceea ce am de spus, spun doar câteva cuvinte. **Tusea umedă**, care este însoţită de secreţii, pare a avea o semnificaţie mai profundă. **Tusea convulsivă** exprimă ranchiuna şi uneori capriciile mele, pe care nu le pot exprima decât într-un mod violent, deoarece sunt foarte iritat.

Acceptând↓♥ să recunosc ceea ce mă irită (poate fi vorba despre un aspect din mine pe care îmi este greu să îl accept↓♥) **tusea** va dispărea. Dacă persistă, înseamnă că nu reuşesc să mă eliberez. Este bine să îmi acord timp pentru a rezolva situaţiile care mă irită şi să mă simt mai bine cu cele pe care trebuie să le accept↓♥.

1192. TUSE CONVULSIVĂ Vezi: BOLILE COPILĂRIEI

Ţ

1193. ŢESUT CONJUNCTIV (fragilitate a...)

Un ţesut reprezintă un grup de celule care au aceeaşi formă sau îndeplinesc aceeaşi funcţie. Rolul **ţesutului conjunctiv** este un rol de susţinere a altor ţesuturi ale corpului, asigurând hrănirea ţesutului muscular, nervos şi a epiteliului[91], precum şi înlocuirea interstiţiilor (a fantelor) care se găsesc între aceste ţesuturi. În cazul în care este afectat acest ţesut, mă întreb: "De ce anume am nevoie, pentru a mă hrăni, atât pe plan emoţional cât şi fizic sau spiritual ?" Mă simt suficient de susţinut sau am impresia că trebuie să fac totul singur, inclusiv "să umplu golurile", acasă sau la serviciu, de exemplu ? Deoarece mă devalorizez foarte uşor, trebuie să mă fac util şi să fiu important. Îmi simt libertatea îngrădită şi am tendinţa de atribui celorlalţi responsabilitatea pentru nefericirea mea. Sunt dispus spre ranchiună şi iert foarte greu.

Accept↓♥ să îmi comunic stările, nevoile: acest lucru mă va ajuta să mă descopăr, să îmi iau viaţa în propriile mâini şi să caut ajutorul de care am nevoie şi la care am dreptul.

---

[91] **Epiteliu:** un ţesut care acoperă suprafeţele organismului spre exterior

U

1194. UITARE (a pierde lucruri) *Vezi și: ACCIDENT*

Uitarea se manifestă printr-o afectare de moment sau permanentă a memoriei. Poate fi un semn că mă agăț de anumite evenimente sau de persoane, mai ales din trecutul meu și față de care vreau să mă detașez, deoarece trăiesc în trecut, în loc să mă bucur de momentul prezent. Sau pot fi preocupat de una sau mai multe situații din viața mea și acest lucru mă împiedică să fiu prezent în totalitate. Dacă **uit** sau îmi pierd cheile, portofelul, servieta, este posibil să fiu **în căutarea identității mele.** Pot să mă simt vinovat pentru că vreau să fac o pauză, să îmi ofer lucruri plăcute, vreau atenție (deoarece nu este ceva rezonabil) și mă pedepsesc astfel, uitând anumite lucruri. Expresia "a fi pe lună" înseamnă că nu sunt "aici și acum", că aș vrea să fiu altundeva (în trecut sau în viitor). Îmi place schimbarea și mă precipit să fac unele lucruri imediat, în loc să îmi acord timp pentru asta.

Accept↓♥ să las lucrurile și persoanele să treacă și las trecutul la o parte și mă deschid spre toate frumusețile vieții, care sunt **aici și acum.**

1195. ULCER(E) (în general)

Ulcerul reprezintă pierderea unei substanțe din pele sau din mucoasă, care ia forma unei leziunii, care nu se cicatrizează și are tendința să se întindă și, în unele cazuri, să producă puroi[92]. **Ulcerul** poate apărea pe piele, în exterior (pe brațe, picioare, cornea ochiului etc.) sau pe peretele unui organ intern (stomac, intestine, gură etc.) Un ulcer este un semnal că trebuie să **conștientizez** faptul că trăiesc o mare spaimă și nesiguranță. Indică un stres puternic și care simt **că mă roade, mă devorează:** toate acestea mă ard pe dinăuntru. **Ulcerul** este rezultatul focului revoltei, al ranchiunii și a unui resentiment puternic. Am impresia că sunt prins de o ghiulea și nu mai pot înainta așa cum vreau eu. Simt că mi-am atins limitele și mă aflu într-o etapă a vieții, în care trebuie să fac schimbări majore, dar nu știu cum să fac acest lucru. Mintea mea este plină de gânduri și este supraîncălzită. Agresivitatea mea refulată mă face să întâlnesc persoane care trăiesc aceeași situație. În funcție de locul în care se dezvoltă **ulcerul**, este posibil să descopăr ce anume provoacă această stare. Dacă apare de exemplu, în **gură**, mă pot întreba ce anume am de spus și pot să spun. Mă deconectez de la spontaneitatea mea de a vorbi. **Ulcerul la stomac** indică faptul că există un lucru pe care îl "diger" foarte greu. Vreau să fug, să ies dintr-o situație. Anxietatea mea mă face să port o mască pentru a fi acceptat↓♥ de ceilalți și astfel să-mi regăsesc o anumită siguranță. Un ulcer la **intestinul gros**, denotă faptul că mă simt sufocat de trecut și refuz să îl las la o parte. În general, un **ulcer** este un semn că las lucrurile sau oamenii să mă irite.

Accept ↓♥ să mă calmez, să mă relaxez. Am încredere în propria mea forță interioară. Dacă îmi voi calma emoțiile voi reuși să sting focul din interiorul meu. Regăsindu-mi liniștea interioară, **ulcerul** nu va mai avea motiv să se manifeste.

1196. ULCER BUCAL (herpes) SAU ȘANCRU *Vezi: GURĂ [AFECȚIUNI ALE...]*

1197. ULCER PEPTIC SAU GASTRIC (la duoden sau stomac)

Ulcerul la stomac poate apărea atunci când nu mă respect destul. Vreau atât de mult să le fac pe plac celorlalți, încât sunt gata să înghit orice. Astfel, îmi refulez emoțiile și propriile dorințe, nu mă respect și până la urmă le reproșez celorlalți că nu mă respectă. Mă simt ros pe dinăuntru și dramatizez fiecare eveniment din viața mea. Am dificultăți tot mai mari de a digera toate aceste contradicții, neliniști. Incertitudini, care îmi amplifică sentimentul de neputință. Este un prea-plin de factori iritanți, care se transformă în **ulcer**. Un fator iritant poate fi o persoană sau o situație, pe care vreau să evit să o văd sau să o înfrunt, dar este imposibil și acel "ceva" îmi rămâne în stomac. Aș vrea să "evacuez" acel factor iritant din spațiul meu vital, din "teritoriul" meu. Mă simt neînțeles, mai ales pentru că am dificultăți în a-mi ***comunica*** nevoile. Pentru că vreau, cu orice preț, să le fac pe plac celorlalți, prefer să tac și să "îmi rod frustrarea". Îmi este greu să mă afirm și frustrarea crește în mine, până devine o agresivitate, pe care trebuie să o recunosc și să o accept ↓♥ pentru a o canaliza mai bine: altfel, poate lua proporții exagerate, poate să devină chiar o dorință de răzbunare. Am tendința să mă critic foarte tare și poat ajunge chiar să mă autodistrug.
Îmi fac griji tot timpul pentru un anumit aspect din viața mea: poate fi ceva pe plan afectiv sau profesional. Această neliniște "mă roade pe dinăuntru". Simt un nod în stomac. Toată această agitație mă face mai fragil și mai vulnerabil. Dacă am **ulcer la duoden**, acesta indică mai ales, frica mea de a nu fi la înălțime, în fața celor care, pentru mine, reprezintă autoritatea.

Accept↓♥ faptul că primesc un mesaj de la corpul meu, care îmi transmite că a venit momentul să îmi descopăr calitățile, să mă apreciez la justa mea valoare și să îmi accept↓♥ nevoia de **iubire.**

1198. UMERI (în general) *Vezi și: ARTICULAȚII*

Umerii reprezintă capacitatea mea de a purta o greutate. Umerii poartă **bucuriile, suferințele, responsabilitățile și incertitudinile mele.** Fac referire la povara acțiunilor mele sau a celor pe care aș vrea să le fac. La fel ca toți ceilalți, nu sunt instruit să port o povară. Dacă mă consider responsabil de fericirea sau de bunăstarea celorlalți, voi amplifica greutatea pe care o port și voi avea dureri de umeri. Am impresia că am "prea multe de făcut" și că nu voi fi în stare să duc totul la capăt. De asemenea, pot avea impresia că mi se impun anumite lucruri, că sunt împiedicat să acționez din cauza unor opinii diferite sau pentru că, pur și simplu ceilalți nu vor să mă susțină în proiectele mele. Mă simt blocat. Am adeseori impresia că sunt izbit în plin şi nu mai suport. Mă simt neputincios şi am impresia că trebuie să las armele jos. Mă simt ca şi cum aş fi pus la zid. Îmi văd viaţa ca prin ceaţă şi nu îmi pot vedea calităţile frumoase pe care le am. Pot să am o durere de **umăr** şi atunci când trăiesc o nesiguranţă mare pe plan afectiv (**umărul stâng**) sau material (**umărul drept**) sau când mă simt strivit de greutatea responsabilităţilor mele, atât pe plan afectiv, cât şi pe plan material. Nu mă simt sprijinit. Sunt închis într-un sistem căruia nu reuşesc să îi deschid uşa, pentru a ieşi afară. Îmi este atât de teamă de ziua de mâine încât uit să trăiesc momentul prezent. Dificultăţile de care mă izbesc, responsabilitatea de a crea, de a face ceva şi de a reuşi, toate acestea mă "dărâmă". Este posibil să vreau să îmi demonstrez să oricum, pot face faţă situaţiilor şi am **umerii** îndreptaţi spre spate, pieptul este scos în afară, când de fapt, în realitate, spatele meu este fragil şi încovoiat de frică. Îmi impun tot timpul perfecţiunea, pot ajunge chiar să mă "flagelez" pe plan emoţional şi am impresia că am fost laş. Pot să îmi port pică deoarece nu am ştiut să protejez o persoană dragă. Am multe remuşcări şi îmi spun tot timpul "ar fi trebuit să..." Trăiesc o angoasă şi îmi fac prea multe griji pentru viitor. Dacă partea afectată a umărului este **osul (fractură)** acest lucru are şi mai mult legătură cu responsabilităţile mele fundamentale. Dacă **muşchii** sunt cei afectaţi, legătura este mai mult cu gândurile şi cu emoţiile mele. Astfel învăţ să las să circule energia **inimii♥** mele până la **umeri** şi apoi spre braţe, ceea ce va risipi durerea şi rigiditatea. Umerii reprezintă acţiunea şi mişcarea, de la concepţie până la materie. Prin umerii mei trec dorinţele mele de a mă exprima, de a crea, de a acţiona, deoarece umerii au apărut la nivelul **inimii♥**. Energia emoţională trebuie să se îndrepte până spre mâini şi braţe, pentru a împlini dorinţele. Dacă mă reţin din a spune sau a face ceva, dacă mă închid în mine în loc să mă arunc în viaţă, dacă port o mască pentru a-mi ascunde fricile şi îndoielile, **umerii** mei vor fi tensionaţi şi mai rigizi. Dacă simt o durere, mai ales atunci când ridic braţele, am o dificultate în a fi autonom şi a mă descurca singur. Identitatea mea personală este repusă în cauză, faţă de mine însumi, dar şi faţă de ceilalţi, mai ales faţă de familia mea, care, uneori, mă va ataca şi îmi va provoca un dezechilibru. Dacă am un umăr **rupt, fracturat sau sucit,** înseamnă că există în viaţa mea un conflict foarte puternic care are legătură cu esenţa fiinţei mele. Sunt prea exigent cu mine însumi. Vreau să controlez totul şi greutatea este prea mare pentru mine. **Tensiunea** sau altă afecţiune pe care o simt în zona umerilor îmi transmite un mesaj, în funcţie de care dintre cei doi umeri este afectat- stângul sau dreptul. Dacă este afectat umărul **drept** este vorba despre latura masculină, activă: pot trăi un conflict sau o tensiune în legătură cu munca mea, cu felul meu de a reacţiona faţă de autoritate. Mă devalorizez în statutul pe care îl am, fie în cadrul familie mele, fie în cuplu sau în societate. Este partea rigidă, care controlează, care conduce, în timp ce **umărul stâng** indică tensiunea pe care o pot trăi în aspectele feminine ale vieţii mele, adică latura creativă şi receptivă, capacitatea mea de a-mi exprima sentimentele. Mă cobor faţă de imaginea mea sau de capacitatea mea de a fi eu însumi un păinte bun sau un copil bun pentru părinţii mei. Un umăr **înţepenit** înseamnă că devine rece şi dureros şi este deranjat în activitatea sa. Oare şi eu sunt rece şi indiferent faţă de ceea ce fac (mă prefac) sau chiar vreau să fac acel lucru ? Există o tensiune în mine care arată faptul că vreau să fac ceva diferit de ceea ce fac acum. **Conştientizez** ceea ce mă frământă.

---

[92] Este o suprainfecție, specifică ulcerului cutanat

Accept↓♥ faptul că eu sunt responsabil de MINE şi le las celorlalţi grija pentru propria lor fericire. Începând de acum, încetez să mai "port lumea pe umerii mei" şi învăţ să deleg sarcinile. Accept↓♥, de asemenea, să învăţ să trăiesc momentul prezent, ceea ce mă va ajuta să mai uşurez greutatea pe care o port pe **umeri**. Am încredere în universul care îmi oferă bunurile de zi cu zi.

1199. UMERII CURBAŢI

Umerii curbaţi generează de obicei porecle precum "**cocoşatul**". Pe lângă toate informaţiile valabile pentru afecţiunile umerilor, **umerilor curbaţi** li se adaugă faptul că simbolizează cedarea în faţa vieţii şi a greutăţilor ei. Nu mai pot purta singur toată această greutate şi cred că nu mai am nicio speranţă. În plus, pe lângă nenumăratele mele probleme, am impresia că trebuie să car şi povara celor din jurul meu. "Soarta lor este în mâinile mele". Port cu mine multă culpabilitate, legată de trecut. Dacă umerii mei sunt şi **rigizi**, înseamnă că există în mine o stare permanentă de tensiune interioară. Sunt tot timpul la pândă, gata să intervin în orice situaţie neprevăzută şi îmi asum responsabilitatea pentru fericirea celorlalţi. Mă aştept parcă să-mi cadă ceva în cap.

Accept↓♥ faptul că a sosit momentul să am grijă de mine şi să îi las pe ceilalţi să se ocupe de fericirea lor. Această formă de **deviaţie** pronunţată a coloanei vertebrale poate semnala, de asemenea, o **obligaţie de a fi modest.** Oricare ar fi cauza stării mele, trebuie să învăţ să fiu modest, deoarece acest blocaj energetic provine din sentimente de furie din trecut, care mă afectează încă şi astăzi şi care sunt însoţite de multă iritare faţă de anumite persoane sau anumite situaţii. Deoarece sunt 100% responsabil de ceea ce mi se întâmplă, îmi accept↓♥ alegerea, conştient sau nu. Este fără îndoială, cea mai mare provocare din viaţa mea. Îmi ascult vocea interioară care mă îndrumă în ceea ce trebuie să fac pentru a fi mai fericit. Un masaj sau un tratament energetic mă pot ajuta să mă centrez pe momentul prezent şi să intru în contact cu eul meu superior pentru a-mi recunoaşte propriile nevoi.

1200. UMFLARE (în general)

Umflarea apare în general atunci când opun o rezistenţă emoţională şi îmi refulez emoţiile. Acumulez aceste emoţii deoarece trăiesc o neputinţă sau deoarece nu ştiu cum să le exprim pentru a evita să rănesc pe cineva sau pur şi simplă, să mă rănesc pe mine.

O umflătură poate fi, de asemenea, un mijloc de protecţie şi mă pot întreba de ce simt nevoia să mă protejez şi "de ce sau de cine" ? Oare îmi creez iluzii cu privire la o situaţie ? Iluziile sunt legat de apă, iar când **conştientizez** faptul că această iluzie este o percepţie greşită a unei situaţii sau a unei persoane, este nevoie să îmi re-analizez valorile şi percepţia mea asupra lucrurilor, într-un mod realist. De asemenea, este posibil să simt că unele persoane mă mint sau îmi ascund adevărul.

Accept↓♥ să îmi verific percepţiile pentru ca situaţiile din viaţa mea să fie mai clare. Învăţ să exprim ceea ce trăiesc pentru a mă elibera şi pentru ca **umflăturile** să dispară.

1201. UMFLAREA (... abdomenului)

Umflarea abdomenului mă determină să **conştientizez** faptul că trăiesc o frustrare faţă de partenerul meu, faţă de copii sau faţă de familia mea. Am impresia că sunt minţit. Mă simt probabil limitat pe plan afectiv sau în exprimarea sentimentelor mele faţă de persoanele din jurul meu.

Schimbând felul în care văd lucrurile şi având o atitudine mai pozitivă, accept↓♥ să **conştientizez** toată abundenţa din viaţa mea, pe plan afectiv, intelectual, emoţional, material etc.

1202. UNGHII (în general)

Unghiile reprezintă ţesutul dur şi energia cea mai profundă şi spirituală, forţa mea interioară. Prin unghii îmi pot crea viaţa. Îmi acord timp şi nu forţez lucrurile, astfel nu voi perturba curentul vieţii. Această forţă interioară mă susţine. Această protecţie, reprezentată de **unghii** este tot timpul cu mine. **Unghiile** arată capacitatea mea de a fi flexibil. Se manifestă asupra corpului meu, în locurile cele mai "prelungite". **Unghiile** pot fi afectate atunci când activitatea mea, dexteritatea mea, direcţia mea, tind să se schimbe şi îmi este greu să fac faţă acestor schimbări. Indică, de asemenea, o dificultate de a mă poziţiona faţă de unele situaţii sau persoane. Detaliile din viaţa mea cotidiană pot deveni punctul central al atenţiei mele. **Unghiile** reprezintă de asemenea sentimentul de **protecţie** pe care îl am faţă de tot ceea ce se întâmplă în jurul meu. O problemă la **unghii**, precum o **inflamaţie,** denotă faptul că mă agăţ de ceva şi nu vreau să îi dau drumul. Mă simt vulnerabil. Unde este adevărata mea putere ? **Unghiile** mele pot deveni **exagerat de groase** deoarece vreau să mă protejez, ca o broască ţestoasă cu carapacea ei groasă. Vreau să mă apăr de pericolele din exterior, trăiesc într-o închisoare. Vreau să îmi scot ghearele pentru a mă apăra. Dacă sunt **femeie**, nu îndrăznesc să mă apăr, iar dacă sunt **bărbat** pot ezita între a ataca sau a mă afirma. Orice aş fi, oare este nevoie să mă protejez de ceilalţi sau de propriile mele sentimente de agresivitate şi de autodistrugere ? Vreau să închid uşa de acces spre mine tuturor celor din jurul meu, pentru a-mi proteja vulnerabilitatea. Dacă îmi îngrijesc unghiile în mod exagerat, trebuie să mă întreb ce imagine vreau să protejez în ochii celorlalţi, cu scopul de a ascunde o parte din mine, care mi se pare urâtă. **Puncte sau pete albe** pe **unghii** indică faptul că am trăit un eveniment bulversant. Îmi sufoc frustrarea, deoarece îmi este frică să fiu activ şi rămân în pasivitate. Simt nevoia să mă apăr, ca un animal urmărit. **Ungiile rupte** sunt expresia sentimentului meu de a fi prizonier, aproape îngropat. **Unghiile care se exfoliază** sunt un semn al tendinţei mele de a vrea să mă agăţ de două locuri sau două persoane în acelaşi timp. Urmez o cale, reguli care îmi fac rău şi totuşi mă încăpăţânez să continui. Mă simt rupt în bucăţi. Pot alege să îmi folosesc **unghiile** în mod negativ (pentru a agresa, pentru a mă apăra şi a-mi face rău, ca şi în cazul animalelor) sau în mod pozitiv (pentru dexteritatea şi creativitatea mea). Oricare ar fi genul de energie folosită, pot să îi descopăr natura, examinându-mi starea **unghiilor.**

Accept↓♥ să îmblânzesc această forţă interioară. Renunţ să mai opun rezistenţă şi nu mă mai agăţ de ceilalţi. Nu îmi pot dezvolta solitudinea interioară decât dacă mă sprijin pe mine însumi.

1203. UNGHII (a-şi roade unghiile...)

Dacă **îmi rod unghiile,** acest lucru indică o nervozitate interioară foarte mare şi existenţa unei situaţii care îmi roade energia. Poate însemna, de asemenea o nesiguranţă profundă, teama de a nu fi capabil să fiu sau să fac ceea ce se aşteaptă de la mine. Dacă sunt **copil**, acest lucru poate fi din cauza unei ranchiuni sau a unei frustrări faţă de unul dintre părinţi, situaţie care poate reveni şi la vârsta adultă. Dacă sunt copil, pot avea impresia că familia în care cresc mă împiedică să mă afirm şi îmi striveşte creativitatea. Pot să mă simt incapabil să mă ocup de mine şi să mă descurc singur şi vreau ca ceilalţi să se ocupe de mine. Sau se poate să **îmi rod frâna**, să îmi refulez agresivitatea. Las să se vadă o debordare iminentă a emoţiilor mele neexprimate. Poate fi vorba despre o parte din mine pe care nu o agreez. Îmi suprim nevoia de a-mi exprima nevoile, atât la nivelul vorbirii, cât şi pe plan sexual, deoarece îmi este teamă că îmi voi descoperi adevărat esenţă. Îmi este greau să îmi asum autonomia, mai ales faţă de părinţii mei. Nu vreau să mai dau sau să mai primesc lovituri. Am impresia că am ajuns la limită.

Accept↓♥ să îmi exprim toate emoţiile şi să îmi caut siguranţa şi încrederea în interiorul meu. Astfel mă voi împlini !

1204. UNGHIE ÎNCARNATĂ

Este vorba despre o **unghie** ale cărei margini laterale sunt adâncite în ţesutul moale. Se întâmplă mai ales în cazul degetului mare de la picioare. **O unghie încarnată** indică culpabilitate sau nervozitate faţă de o situaţie nouă. Vreau să mă răzbun, să mă opun cuiva (de obicei mamei mele), dar nu sunt capabil să fac acest lucru.

Poate reprezenta, de asemenea, un conflict între dorinţele mele mentale şi spirituale. Dacă este vorba despre **unghia unui deget de la mână**, are o legătură cu o situaţie din viaţa mea actuală. Dacă este vorba despre **o unghie de la picior** (ceea ce se întâmplă mai frecvent) există o legătură cu o situaţie sau o decizie referitoare la viitor. În cazul **degetului mare de la picioare, unghia încarnată** poate reprezenta neliniştea mea faţă de presiunea pe care cred că trebuie să o înfrunt în viitor şi faţă de care mă simt deja vinovat, deoarece mi-e teamă că nu voi putea trăi acest viitor în armonie şi cu succes. Trăiesc o ranchiună şi culpabilitatea mea mă face să cred că nu am dreptul să avansez şi să realizez anumite lucruri. Este posibil să am regrete faţă de unele decizii pe care le-am luat. Mă pedepsesc prin suferința pe care o provoacă o **unghie încarnată**. Este important să văd care deget de la mână sau de la picior este afectat, pentru a avea mai multe informații despre aspectul din viața mea pe care trebuie să îl schimb, penuntând în același timp la culpabilitate. **Unghia** are tendința să se întoarcă spre interior, dacă și eu fac același lucru în viața mea. Totuși, vreau să reușesc în viață, dar nu mă simt capabil să îmi împlinesc visele. Astfel am tendința de a fi agresiv, frustrat. Cred că trebuie să "fac" ceva pentru a-mi arăta adevărata valoare.

Accept↓♥ să îmi descopăr toate bogățiile interioare, să recunosc toată forța pe care o am în mine. Nu mai am nevoie de aceste **"gheare"** care cresc din toate părțile și de care credeam că am nevoie pentru amă apăra și a mă afirma. În loc să vreau să mă agăț, este mai bine pentru mine să merg înaintea celorlalți. Merg înainte și mă sprijin pe forța mea interioară.

1205. UNGHII ÎNGĂLBENITE (sindrom al...)

Sindromul **unghiilor îngălbenite** se manifestă atunci când **unghiile** de la degetele de la mâini sau de la picioare au o culoare verzuie, sunt groase și curbate. Din punct de vedere medical, acest lucru se produce atunci când circulația sistemului limfatic nu este normală, anomalie, care la rândul ei provine din cauza unor tulburări respiratorii cronice. Deoarece **unghiile** mele îmi protejează degetele, corpul îmi transmite un semnal că trebuie să îmi întăresc sistemul de apărare, deoarece sunt fragil și nu pot face față evenimentelor vieții (plămânii=viață) în micile lor detalii, de fiecare zi. Viața mi se pare ternă.

Accept↓♥ să caut în mine ceea ce îmi poate aduce mai multă pasiune în viață. Îmi dezvolt energia vitală pentru ca aceasta să se manifeste și în capătul degetelor.

1206. UNGHII MOI ȘI CASANTE

Unghiile reprezintă vitalitatea, starea energiei mele vitale. **Unghiile casante** exprimă un dezechilibru la nivelul energiei mele și felului în care o folosesc. Unghiile moi exprimă slăbiciunea pe care o simt, indiferența mea. Viața mea este la fel de ternă ca și **unghiile** mele. Doar de mine depinde să aduc ceva picant în ea și să îmi folosesc energia. **Conștientizez** faptul că îmi trăiesc viața într-un mod "moale", lăsându-i pe alții să decidă pentru mine. Trăiesc în umbră, refuz forțele mele interioare. Mă simt neputincios, fragil, la fel ca și **unghiile** mele. Am o dificultate de a face față tuturor emoțiilor pe care le simt.

Accept↓♥ să îmi reiau viața în mâini ! Descopăr întreaga forță pe care o am: sunt puternic și pot îndeplini lucruri mari. Doar de mine depinde să fiu sigur pe capacitățile mele și să merg înainte.

1207. URĂ

Multe boli au drept cauză **ura.** Faptul de a întreține **ura** mă face să detest anumite persoane, mă face răutăcios, mă determină să arunc cuvinte jignitoare, fiind plin de furie. Sentimentul de **ură** duce la autodistrugere: distruge persoana care îl întreține mai mult decât pe persoana sau situația în cauză. Când trăiesc o **ură**, am impresia că există ceva care arde în mine, pe mai multe sisteme: digestiv, pulmonar și în relație cu vezica biliară și ficat. În evoluția semnelor manifestate de corp apar afecțiuni tot mai grave. Pot chiar să atrag un cancer. **Ura** apare atunci când am impresia că ceilalți mă împiedică să îmi trăiesc viața. Vreau să trăiesc așa cum vreau eu și când lucrurile nu merg după placul meu, reacționez puternic. În loc să fiu deschis și să vreau să înțeleg punctul de vedere al celuilalt, mă încăpățânez să rămân pe poziția mea. Refuz astfel orice responsabilitate în fața vieții.

Accept ↓♥ faptul că **iubirea** se află la baza oricărei vieți. Învăț să mă iert și să îi iert pe ceilalți. Accept↓♥ să îi înțeleg pe oameni și situațiile, plin de **iubire.** Doar fiind deschis față de ceilalți îmi voi putea schimba viziunea asupra lucrurilor și mă voie libera de judecăți și de această **ură** a cărui prizonier eram.

1208. URECHI (în general) *Vezi și: URECHI— SURDITATE*

Văzul și auzul sunt simțurile care mă ajută să mă orientez în mediu. Pot să văd ceva, fără sunet sau pot auzi ceva, fără să văd neapărat de unde provine sunetul. Împreună, cele două simțuri creează un soi de lume în "trei dimensiuni". **Urechile** mă ajută să aud toate sunetele din jurul meu, atât pe cele armonioase, cât și pe cele neplăcute. **Surditatea** totală sau parțială poate surveni atunci când nu pot accepta↓♥ ceea ce aud. Intrerup contactul între mine și ceilalți. Dacă sunt **surd**, înseamnă că s-a instalat un proces selectiv de informare, vreau să aud doar ceea ce îmi convine și resping tot ceea ce nu-mi place. Acest proces selectiv est efoarte eficient, deoarece mă ajută să "recunosc", de exemplu, vocea copilului meu, atunci când îl caut într-o mulțime de oameni. În același fel, acest proces acționează și invers, în cazul lucrurilor pe care nu vreau să le aud. Într-un mod indirect, **urechile** ajută la menținerea unui echilibru corp-spirit în Univers. Acest echilibru mă ține în picioare, în alertă și mă ajută să fiu centrat și să îmi urmez drumul. **Urechea** este și un simbol pentru ascultarea mea interioară. Ascultarea înțelepciunii mele interioare se face prin intermediul **urechilor**. Starea **urechilor** mele indică cât de mult sunt deschis față de emoțiile emle cele mai adânci și cât de flexibil și primitor sunt față de ele.

Accept↓♥ să rămân flexibil față de structurile vieții, care sunt mereu în evoluție. Construind baze solide, cu ajutorul vocii mele interioare, **urechile** mele vor fi perfect sănătoase!

1209. URECHI (afecțiuni ale...) *Vezi și: URECHI / ACUFENA / BÂZÂIT ÎN URECHI / OTITĂ*

Afecțiunile urechilor apar atunci când trăiesc o suferință, când sunt iritat sau mă simt rănit de lucrurile pe care le aud. Pot avea impresia că nimeni nu ascultă ceea ce am de spus sau sunt dezamăgit față de ceea ce aș fi vrut să aud și nu mi se spune (complimente, mulțumiri etc.) Este ca și cum aș vrea să mă închid și să nu mai fiu în contact cu ceea ce este în jurul meu. Sau poate sunt încăpățânat și refuz să aud ceea ce spun ceilalți. Ceea ce aud îmi depășește puterea de înțelegere. Dacă mă simt confuz legat de ceea ce nu am putut auzi, din cauza unui zgomot, de exemplu, cuvinte sau informații foarte importante (de exemplu referitoare la a lua o decizie sau a alege o anumită direcție), furia sau frustrarea mea vor declanșa o afecțiune la nivelul **urechilor.**

Există o slăbire a auzului la nivelul **comunicării, al zgomotelor.**

Uneori, poate fi vorba despre un conflict în relație cu mama, care se manifestă printr-o afecțiune a urechii. **Durerea de ureche** apare ca urmare a unei critici care "mi-a ajuns la ureche" și care îmi era destinată mie sau altcuiva. Ceea ce aud mă neliniștește și îmi face rău, atât fizic cât și emoțional. Mă simt închis în trecutul meu întunecat, de care mă agăț. Îmi port pică și mă culpabilizez. Îmi fac rău singur și poate îi las și pe ceilalți să mă rănească. Dacă este vorba despre **o infecție la ureche**, este posibil să fi auzit cuvinte care mi-au produs o iritare, o tulburare emoțională, un conflict sau un dezechilibru. **Urechile** mele reacționează puternic atunci când aud un dezacord sau o neînțelegere în cazul unor persoane pe care le iubesc. Dacă este vorba despre o **otită**, acest lucru indică faptul că simt multă neputință legat de ceea ce am auzit. Este ca și cum **urechile** mele ar fi fost **sparte** de cuvinte pline de violență. Dacă un **copil** are o durere de ureche, acest lucru poate exprima un conflict legat de mediul familial sau de școală. **Durerile de ureche** sunt frecvente **la copii** care aud tot ceea ce spun adulții, certurile părinților, fără să poată să-și exprime punctul lor de vedere. Este posibil să aud diferite versiuni ale aceleiași povești și acest lucru mă tulbură mult, deoarece nu mai știu ce să cred. De obicei, unul dintre părinții mei trăiește aceeași situație ca și mine, pe plan afectiv. Pot fi o oglindă care îi arată faptul că ar fi important pentru el să se asculte. **Durerile de urechi** se pot manifesta **la adulții** care au o dificultate de a comunica verbal, mai ales dacă nu suportă să folosească telefonul. Pot avea o dificultate să închei conversațiile care mi se par plictisitoare, despre aceleași subiecte care se repetă la nesfârșit. Ajung să am o "fobie de telefon", care, prost gestionată, poate declanșa o **durere de ureche.** Corpul poate, de asemenea, să îmi spună că ar trebui să îmi ascult mai mult înțelepciunea mea interioară. Pot fi confuz cu privire la mesajele sau semnalele care îmi sunt trimise și vreau, într-un fel, să nu mai aud ce se întâmplă, "nu-mi cred urechilor !" **Urechile** se pot **înfunda** atunci când vreau să mă ascund, să mă refugiez în interiorul meu și, dacă vreau să nu mai aud nimic, deoarece mă doare prea tare sau mă deranjează prea tare ceea ce aud. Acest lucru este valabil atunci când am **un dop de creară** în urechi: nu mai vreau să aud certurile, cuvintele care mă rănesc. Păstrez totul în mine, în loc să ignor ce s-a spus.

Accept↓♥ să mă disciplinez, să "aplec urechea" la tot ceea ce se întâmplă în jurul meu și mai ales în interiorul meu. Învăț să îmi țin urechile "deschise" tot timpul, dezvoltându-mi în același timp capacitatea de a mă detașa de ceea ce aud. Astfel, inima♥ mea poate rămâne deschisă tot timpul.

1210. URECHI — ACUFENA *Vezi și: URECHI — BÂZÂIT ÎN URECHI*

Acufena este un fenomen care mă face să aud sunete, precum șuierături, bâzâit sau scrâșnete, fără ca acest lucru să aibă vreo legătură cu ceea ce se aude în jurul meu. Poate fi ceva trecător sau permanent și se poate produce cu intensitate diferită a sunetelor. **Acufena** se manifestă mai des în cazul persoanelor care trăiesc un stres puternic, legat de performanță. Apare adeseori în urma unui eveniment care a produs un șoc emoțional sau când nivelul de stres a crescut foarte mult, de exemplu după: divorț, pierderea locului de muncă, un accident etc. Am nevoie să fiu recunoscut și să mi se respecte identitatea, drepturile. Îmi este teamă că îmi voi pierde locul de muncă sau un anumit statut social (pe plan profesional sau în viața personală) și nu pot face față la acest lucru.

Uneori este posibil să am o dificultate de a-mi revizui unele idei și pot fi încăpățânat. Insist să rămân într-o situație care nu îmi convine. Mă opun schimbărilor pe care nu lea-m ales eu și pe care nu le pot controla. Știu, inconștient că, dacă nimic nu se schimbă, poate exista o separare, atât la nivel personal, cât și profesional. Când se întâmplă acest lucru este bine să mă întreb dacă mi-am ascultat vocea interioară. Este ca și cum nu aș fi fost conectat exact la radio-ul meu interior. Când caut un post de radio, care nu emite muzică sau discuții, pot să "aud liniștea". Dacă însă mut frecvența undeva unde nu există niciun post care emite, aud păcănituri sau șuierături, ca și cum aș folosi un post cu unde scurte. Există emoții pe care le refulez de frică să nu îmi tulbur echilibrul interior ? Viața îmi reamintește să îmi ascult vocea interioară, nevoile mele și dorințele mele. Trebuie să mă ocup de mine pentru a diminua "nivelul de zgomot și de interferențe", care pot exista în gândurile și în emoțiile mele, deoarece faptul de a auzi aceste zgomote indică poate că există și altceva ce nu vreau să aud și acel zgomot, împiedică sunetele nedorite să ajungă la urechile mele. **Acufena** indică faptul că, corpul meu se află sub tensiune. Lucrurile se mișcă atât de repede în mintea mea încât am impresia că "totul o să sară în aer". Sunt foarte **atent** la tot ceea ce se întâmplă în jurul meu. Când sufăr de **acufenă**, mă simt des departe de o persoană dragă. Mă simt separat de ea deoarece avem o dificultate de comunicare. Tăcerea trăită mă sperie și frica devine insuportabilă. Am nevoie de asigurare, de explicații, de cuvinte frumoase, dar toate acestea nu există. Măă simt agresat de lipsa de comunicare. Nu am de ales decât să mă retrag în cochilia mea pentru a mă proteja de a cest zid de tăcere. Trăiesc o anumită dualitate: am nevoie de singurătate, dar doar atunci când o aleg eu, nu atunci când îmi este impusă sau apare, fără să o pot controla ! Zgomotul pe care îl aud mă poate ajuta, de asemenea, să rămân în contact cu o suferință trăită, pe care nu vreau să o uit. Acel sunet sau zgomot poate mă va ajuta să mă liniștesc ? Așa ceva s-ar întâmpla dacă aș auzi zgomotul în realitate, în exterior. Uneori tăcerea mă trimite cu gândul la noțiunea de moarte și la frica de ea, creierul meu "face zgomot" pentru a nu putea gândi. Este important să identific exact ceea ce aud (șuierat, fluierat, bâzâit, clopoței, claxoane etc.) pentru a identifica ceea ce trăiesc. De exemplu, este posibil să aud următorul sunet: sunetul unui râu, urletul unui torent, clopote, bâzâit de albine, o singură notă de fluier, sunetul de cimpoi, vântul foșnind prin copaci, mii de viori sau un murmur adânc. Când se întâmplă acest lucruînseamnă că sunt în contact cu un sunet care există pe un plan interior, reprezentativ pentru un anumit plan al **conştiinţei**[93]. **În** acest caz însă nu este vorba despre **acufenă**, este vorba despre un sunet natural. Urechea mea interioară, spirituală, este deschisă. Pot să mulţumesc pentru că aud un astfel de sunet, deoarece acest lucru indică faptul că sunt în contact mai conştient cu una dintre lumile interioare ale creaţiei. Rămân liniştit şi atitudinea mea este cea a celui care locuieşte chiar lângă un râu şi aude în mod normal aceste sunet. Creierul înregistrează acest sunet ca pe un sunet normal şi mă simt în largul meu în viaţa de zi cu zi, cu **acest sunet natural.**

Accept↓♥ să îmi deschid mai mult **urechile** interioare (situate la 8 şi 10 cm în spatele urechilor fizice) pentru a putea fi mai în măsură să îmi captez vocea interioară. Pot să încerc, de asemenea, să aud într-un mod mai conştient sunetele naturii şi melodiile celeste pentru a mă bucura de mai multă pace şi linişte interioară. Orice formă de demers holistic (yoga, destindere dirijată, acupunctură, osteopatie, vitaminoterapie, energie etc.) mă poate ajuta să diminuez nivelul de stres şi să îmi recapăt liniştea interioară. Pot ajunge să aud şi eu sunete precum susurul unui râu, al unui torent, clopotele (mici, mijlocii sau mari), cimpoiul, vântul care adie prin copaci, bâzâitul albinelor sau sunetul a mii de viori. Aceste sunete corespund uneor sunete pe care le pot auzi pe diverse planuri ale realităţii interioare şi mă pot ajuta să aflu pe ce plan mă conectez. Acest lucru îneamnă că, urechea mea interioară este deschisă pentru a auzi mai mult realitatea acestor lumi.

1211. URECHI — BÂZÂIT ÎN URECHI *Vezi şi: URECHI — ACUFENĂ*

Bâzâitul este legat de **refuzul de a-mi asculta** vocea interioară, semnele interioare care îmi îndrumă viaţa. Fac totul cum vreau eu, refuz să ascult anumite cuvinte care mi se par neplăcute. Pot fi chiar şi încăpăţânat. Mă opun, deoarece îmi este teamă **să aflu adevărul**, să fiu la curent cu o situaţie sau chiar spi au o decizie. Pot să ajung să fiu în dizarmonie şi să aud **un bâzâit în urechi**, tocmai pentru a nu auzi ce se întâmplă cu mine... Am impresia că cineva se gândeşte la mine, când, de fapt, în realitate este exact invers... Pot fi tensionat din cauza ideilor care îmi "tropăie" prin minte. Mă hrănesc cu gânduri negative. Angoasele mele mă împiedică să îmi ascult înţelepciunea interioară. Îmi creez o întreagă lume în minte, trăiesc în iluzie. Sunt prea centrat pe mine însumi.

Acceptând↓♥ să fiu deschis la nivelul **inimii♥**, pot să aud cuvintele cu mai multă detaşare. Renunţ la ideile preconcepute, la prejudecăţi, la falşi idoli, pe care se baza viaţa mea de până acum. Descopăr bogăţia din **inima♥** mea şi învăţ să am încredere în vocea mea interioară. Nu mai sunt obligat să "fac pe surdul". Există o vorbă înţeleaptă care spune "Ascultă ceea ce nu îţi spui..." Recunosc **lumina** din mine şi mă scald în ea. Astfel îmi va fi mai uşor să văd frumuseţea celorlalţi.

---

[93] Sursa: « Carnet de note spirituale » de Paul Twitchell

1212. URECHI — OTITĂ

Otita este o inflamaţie a uneia sau a ambelor **urechi**, care îşi are cauza în inconfortul pe care îl pot simţi faţă de ceva ce aud sau am auzit în ultimul timp. **Otita** apare frecvent la copii, mai ales în legătură cu ceea ce vorbesc părinţii mei între ei sau cu ceva ce mi s-a spus mie, fiind de obicei incapabil să îmi exprim nemulţumirea sau frustrarea. Sunt foarte sensibil la mediul meu şi la ceea ce consider ca fiind periculos. Fie că sunt adult, fie că sunt copil, chiar dacă durerea poate proveni din ceea ce am auzit, poate veni, de asemenea din cauza a ceva ce nu am auzit, de exemplu, cuvinte precum: "te iubesc", "Felicitări pentru ceea ce ai făcut" etc. În general, când am o **otită**, se adună lichid în spatele timpanului. Ceea ce aud trebuie să treacă mai întâi de acest lichid, înainte de a fi auzit. Este o situaţie asemănătoare cu cea din pântecele mamei. Prin **otită**, caut, chiar şi inconştient, să regăsesc acel mediu privilegiat. Sau poate fi vorba despre faptul că "fac pe surdul", îmi "atup urechile" pentru a nu mai fi nevoit să aud. Mă retrag în mine însumi şi simt doar tristeţe, slăbiciune şi neînţelegere. Vreau să mă simt apropiat de mama şi, în acelaşi timp, vreau să mă protejez de fricile şi de neliniştile ei. Pentru părinţii mei este un semnal, care le arată că eu, copilul lor, care are otită, trăiesc un conflict interior şi este important să mă ajute să exprim ceea ce trăiesc, pentru a mă vindeca mai repede. Caut armonia acasă şi evit dezacordurile. Este posibil să ştiu ceva legat de o separare, dar nu vreau să aud schimbările care vor rezulta dupa aceea. Ca şi adult, **otita** mă poate ajuta să îmi pun întrebăru cu privire la vocea mea interioară: "Oare o ascult ? Primesc mesaje care mă deranjează şi care mă înfurie cu privire la ceea ce am de făcut sau la ceea ce mi se cere să fac? Am impresia că tot timpul eu sunt cel care "ciuleşte urechile" spre ceilalţi, dar când e momentul să fiu şi eu ascultat, se pare că nimeni nu vrea să mă ajute ?" **Otita** este o formă de a fugi de problemele mele. Mă simt prizonier, închis. Prefer să rămân în lumea mea imaginară. Astfel evit să fac faţă lumii terestre şi momentului prezent. Sunt revoltat. Nu vreau să aud suferinţa sau durerea pe care le-am putut provoca cuiva. Accept ↓♥ faptul că, prin ascultare, atât interioară, cât şi exterioară, pot avansa în viaţă, pot rămâne centrat şi evita obstacolele inutile.

Îmi accept↓♥ trecutul, renunţ la orice sentiment legat de moarte sau la orice amintire dureroasă. Indiferent de vârsta mea, îmi ascult înţelepciunea interioară. Trăiesc în spontaneitatea momentului.

1213. URECHI — SURDITATE

Când există o diminuare a acuităţii auditive, vorbim despre **hipoacuzie.** Când această acuitate se stinge complet sau într-o măsură foarte importantă, vorbim despre **surditate.**

Mai bine surd decât să auzi aşa ceva ! In acest caz, aleg să nu mai aud, decid să mă izolez de ceilalţi. Pentru că mă simt foarte repede respins, "îmi astup urechile", deoarece nu mai vreau să fiu supărat. Neştiind ce să răspund uneori, **"fac pe surdul"**. Îmi este teamă că voi fi manipulat şi nu accept↓♥ criticile, nu vreau să aud, astfel, prin această barieră mă izolez tot msi mult, mă încăpăţânez să nu mai aud nimic. Prefer să mă retrag, în interiorul meu, să intru în "cochilia mea", ca un animal rănit. Sunt **asurzit** de ceea ce aud sau de ceea ce descopăr despre mine însumi sau despre alte persoane. Am impresia că se reiau mereu aceleaşi lucruri. Sunt foarte sensibil la expresii de genul "**ce va spune lumea**". Mă simt agresat de tot vacarmul din jurul meu. Totuşi, fie că vreau, fie că nu vreau, timpul face în aşa fel încât, problemele nerezolvate din viaţa mea să reapară într-o zi şi va trebui să le fac faţă. Am tendinţa să vreau să rezolv totul eu singur, în loc să cer ajutor. Sunt închis faţă de ceilalţi. Mă pot întreba dacă îmi ascult emoţiile, frustrările şi, nu în ultimul rând, vocea mea interioară ? Furia creşte în mine şi mi-e teamă să o las să se exprime. Prefer să mă închid în mine însumi, neştiind prea bine cum să exprim această furie. Pot fi foarte încăpăţânat şi pot "face pe surdul", deoarece vreau să fac totul cum vreau eu şi nu accept↓♥ să mi se dicteze sau să mi se dea sfaturi. **Conştientizez** situaţiile particulare în care am dificultăţi de a auzi ceva. Este vorba despre sunete ascuţite sau mai joase ? Acuitatea mea auditivă se ameliorează în anumite perioade şi apoi scade din nou ? Este vorba despre persoane de gen masculin sau feminin ? Adulţi sau copii ? Persoane care au un **accent** particular ? Deoarece este interesant de observat faptul că, surditatea are anumite variaţii, nu este tot timpul constantă şi diferă de la o persoană la alta. Am tendinţa de a "bloca" anumite sunete înainte de a fi trimise la creier şi înainte de a-mi deranja liniştea interioară.

Pot opri aceste sunete prin prezenţa **apei în urechile mele**. Această apă poate reprezenta emoţiile care s-au acumulat în urma lucrurilor pe care le-am auzit: mă împiedică să comunic pentru a-l menaja pe ceilalţi de ceea c ear putea să audă de la mine. Aceste forme diferite ca formă şi intensitate, ale **surdităţii**, mă fac să mă simt singur, izolat. Prefer să mă îndepărtez de lume, deoarece, ooricum, îmi este teamă că mă înşel în alegerile pe care le fac. Dacă sunt **copil**, certurile, ţipetele, reproşurile, zgomotele pe care le aud pot, la un moment dat, să devină prea mult pentru mine şi am nevoie să mă rup de tot acest vacarm. Dacă îmi este teamă tot timpul, că "va suna alarma" atât în sens propriu, cât şi în sens figurat, acest lucru mă face să plâng şi prefere să nu aud, deoarece anunţă un pericol.

Accept↓♥ să "ciulesc urechea" şi să îmi ascult vocea interioară, care este cel mai bun sfătuitor pe care îl am în viaţa mea. Cel mai frumos act de **iubire** pe care îl pot face este acela de a-mi deschide **inima♥**. Accept↓♥ să aud mesajele şi sunt deschis faţă de ceilalţi. Îmi regăsesc liniştea interioară. Ies din umbră pentru a trăi în sfârşit în lumina înţelepciunii mele interioare.

1214. UREMIE Vezi şi: RINICHI [PROBLEME RENALE]

Uremia este nivelul de uree din sânge. **Ureea** este un component al urinei. Acest nivel poate fi anormal de ridicat, din cauza unei insuficienţe renale, insuficienţa hepatică (a ficatului) poate cauza un nivel prea scăzut de uree în sânge. În acest caz, proteinele sunt prost gestionate în organism şi pot să îmi pun următoarea întrebare: "Care este aspectul din viaţa mea care nu este gestionat aşa cum aş vrea eu ?" Mă simt obligat să las totul în urma mea, am impresia că voi pierde tot ce am. **Uremia** apare de obicei, atunci când mă simt dezrădăcinat de locul meu natal, când trebuie să mă exilez în cealaltă parte a lumii. Nu mai ştiu unde mă situez în viaţă. Ce este cu adevărat bun pentru mine? Mă oblig să fac unele lucruri, uneori cu duritate şi rigiditate. Viaţa mea este condusă de minte, nu de **inimă♥**. Încerc să fiu cel mai bun, ceea ce îmi complică relaţia cu autoritatea. **Urina** are legătură cu vechile mele emoţii, care cers ă fie eliminate.

Accept↓♥ să fac "curăţenie" în ceea ce mă tulbură în viaţă şi sunt dechis faţă de noi posibilităţi. Îmi ascult nevoile şi vocea mea interioară.

1215. URETRITĂ *Vezi şi: ANEXA III*

Uretrita este o inflamaţie a canalului care trnsportă urina spre col, din vezica urinară spre orificiul extern al uretrei, meatul. Această stare indică faptul că accept↓♥ cu greu să las să treacă o situaţie nouă şi fac loc agresivităţii. O situaţie nerezolvată, în relaţie cu mama mea, poate duce la apariţia unei uretrite. Îmi este greu să îmi delimitez frontierele. Vreau să controlez viaţa celorlalţi. Trăiesc multă furie. Vreau să am impresia că îmi controlez viaţa, dar trebuie să **conştientizez** faptul că este o iluzie şi că trebuie să renunţ la unele lucruri sau persoane. Nu pot avea putere decât asupra mea însuşi !

Accept ↓♥ să las să circule mai liber noile idei şi să-mi păstrez spiritul deschis faţă de opiniile mele, care se pot schimba, ştiind că sunt tot timpul în evoluţie şi în schimbare.

1216. URINA (INFECŢII URINARE) SAU CISTITA *Vezi şi: INCONTINENŢĂ [... URINARĂ], INFECŢII [ÎN GENERAL], LEUCOREE, VAGIN — VAGINITĂ, VEZICĂ [AFECŢIUNI ALE...]*

Urina simbolizează vechile mele emoţii, de care nu mai am nevoie şi pe care le elimin din sitemul meu. O inflamaţie a vezicii urinare (**cistita**) provoacă o durere la urinare (chiar dacă cantitatea de urină este mică) precum şi o nevoie constantă de a urina. Afceţiunea apare frecvent la femeile tinere, care suferă de diabet, la femeile însărcinate. Ca orice **infecţie**, indică faptul că există o furie pe care am acumulat-o. **Cistita** poate fi cauzată şi de supărare, de ranchiună, de exasperare, care fierb în mine sau mă ard în interior şi care ating aspecte din mine sau din relaţiile mele personale. Ca şi în cazul unei **vaginite** (sau **leucoree**), este posibil să trăiesc un sentiment de frustrare legat de relaţiile mele sexuale. Deoarece sistemul meu urinar şi sistemul reproducător (vaginul) sunt legate, se pot afecta reciproc. Este posibil ca relaxţiile mele sexuale să meargă foarte bine şi să nu înţeleg de ce am un sentiment de frustrare. În acest caz, mă pot întreba: "De ce a trebuit să aştept atât de mult, pentru a avea relaţii sexuale satisfăcătoare ?"

De aici pot proveni frustrarea şi furia neexprimate. O **cistită** poate apărea, de asemenea, în urma unei separări. Nefiind capabil să îmi exprim emoţiile negative, fricile şi conflictele mele interioare, legate de ceea ce trăiesc, urcă la suprafaţă. Având mari aşteptări neîmplinite, îi acuz pe ceilalţi pentru acest gol interior, mai ales pe partenerul meu. Trăiesc frustrare după frustrare deoarece le las celorlalţi responsabilitatea pentru binele meu. Furia mea interioară este de obicei întoarsă spre persoanele de sex opus sau spre partenerul meu sexual. Mă simt prizonier într-o situație? Există cineva care are un control asupra mea ? De aici derivă un sentiment de neputință și am impresia că viața mea este distrusă.

Este momentul să accept↓♥ să îmi asum responsabilitățile pentru viața mea. Iau decizia de a merge înainte și de a renaște, independent de relațiile mele prezente sau din trecut. Mă umplu de bândețe. Îmi las creativitatea să se exprime. Astfel, îmi trăiesc viața în funcție de **inimă♥**, în loc să fiu îndrumat tot timpul de minte.

1217. URTICARIE *Vezi: PIELE — URTICARIE*

1218. USCĂCIUNE VAGINALĂ *Vezi: VAGIN [ÎN GENERAL]*

1219. UTER (în general) *Vezi și: CANCER DE COL UTERIN, FEMININE [AFECȚIUNI...], PROLAPS*

Uterul simbolizează starea mea de femeie, este **sediul creativității mele.** Reprezintă, de asemenea, capacitatea de a naște, siguranța, căldura. Este un refugiu. În acest sanctuar călduros și primitor, are loc nidația. Problemele de ovare sau de uter, precum **retroversia** uterului, indică faptul că este momentul să îmi dezvolt creativitatea, care îmi va reda puterea de a-mi gestiona viața. Este important să aflu "Cum mă simt, în calitate de femeie ? Mă simt vinovată, rușinată sau trădată, în faptul de a avea sau a nu avea copii ? Sunt dezamăgită de faptul că nu am familia dorită sau sunt dezamăgită pentru că nu voi avea niciodată un copil ? Consider că este greu să fii femeie, soție, mamă, femeie de afaceri, iubită ? " Poate am impresia că regresez ! Uterul are legătură cu sentimentele mele cele mai profunde, mai secrete. Culpabilitatea, rușinea și singurătatea mă rod pe dinăuntru. Cauza acestora poate fi un doliu neterminat. Sentimente percum disperarea de a vedea că nu sunt "o femeie adevărată", o "doamnă", că sunt inutilă, neatrăgătoare, sunt foarte prezente în momentul în care se face o histerectomie și pot cauza depresia. Sau este posibil să mă simt "nepotrivită" în relație cu partenerul meu, simt că "nu ne acordăm" și din această cauză sunt tristă. Îl învinovățesc pe el pentru starea mea și acest lucru poate determina o **inflamație a uterului:** ceea ce văd la el îmi amintește tot timpul ceea ce îmi displace la mine, deoarece el este oglinda mea. Îmi resping viața, propriul meu corp. O problemă în această zonă indică faptul că îmi este imposibil să dau din nou naștere, să fac să renască anumite aspecte din mine, pot să continui să îmi fac o autoinvestigație. Dacă un **uter** se dezvoltă o tumoră, în aceast caz, mp întreb cum percep sexualitatea celorlalți, mai ales a copiilor și a nepoților mei. Am impresia că nu este "corectă", că depășește limitele normalului ? Îi simt în pericol, fizic sau moral ? Ar putea fi răniți ? Există ceva ce mi se pare respingător, legat de copiii mei și de viața lor de cuplu ? Mă deranjează repartizarea rolurilor sau locul pe care îl ocupă fiecare, în familia mea? Simt că îmi pierd "nepoțeii" deoarece cresc "prea repede" (aș vrea atât de mult să rămână mici și astfel să fie în siguranță)? Simt că, aproape am datoria să fiu părinte în relație cu nepoții mei. Astfel, sentimentul meu de libertate este distrus, încă o dată. Este ca și cum ar exista o nefericire care îmi pândește familia, casa noastră. Toate aceste întrebări pot avea legătură fie cu copiii mei, fie cu nepoții mei reali, fie cu cineva pe care îl consider copilul sau nepotul meu (copilul unor frați, un vecin, sau, dacă sunt profesor, un elev). Vreau să rețin atât de multe lucruri din trecut și acest lucru îmi împiedică creativitatea să se exprime. Resping copilul meu interior, pe care l-am închis într-o cutie, atunci când am devenit adult.

În adâncul meu, îmi doresc să merg înainte, să fac o mulțime e lucruri, dar sunt frustrat, deoarece, ceva mă împiedică. Când există o **retenție intrauterină, conștientizez** starea de frică în care mă aflu. Îmi este teamă să mă relaxez. Mă neliniștesc, nu vreau să nasc un copil în această lume și încerc să îl rețin. Pierd sânge, ceea ce simbolizează pierderea bucuriei de a trăi. "Îmi pierd bucuria, dacă am acest copil în mine ? Va trebui să înfrunte, în curând lumea și îmi este teamă pentru el..."

Accept↓♥ să renasc, să redevin eu însămi. În loc să vreau să înlătur toate regulile și obiceiurile care mi-au dictat viața, accept↓♥ să le integrez într-un mod armonios. **Conștientizez** faptul că nu am nicio putere asupra vieții celorlalți și că, fiecare trăiește în felul său. Le-am oferit cea mai bună educație posibilă, copiilor mei și pot fi mândră de ei ! Accept↓♥ să las să trăiască copilul meu interior, care înseamnă **iubire**, bucurie și speranță.

1220. UTER (CANCER DE COL UTERIN...) *Vezi: CANCER LA UTER [COL ȘI CORP]*

V

1221. VAGIN (în general)

Vaginul este o membrană musculară, situată între vulvă şi uter. Afecţiunile legate de vagin îşi au, de obicei originea în frustrarea mea de a nu putea îndeplini actul de uniune carnală, deoarece nu îmi dau voie, din punct de vedere moral să fac acest lucru sau pentru că nu am găsit acel bărbat cu care să trăiesc noi experienţe. "Oare sunt satisfăcută cu actualul meu partener ?" Dacă îmi este teamă de săruturi, de intimitate, din cauza credinţelor mele foarte limitate, referitoare la sexualitate sau din cauza evenimentelor din trecut, când m-am simţit vinovată şi ruşinată, în legătură cu ceea ce s-a întâmplat, este posibil să sufăr de afecţiuni în zona vaginului, mai ale de **uscarea vaginului**, deoarece, inconştient, vreau să amân penetrarea. Resping sexualitatea, dar de teamă că îmi voi pierde partenerul, răspund cererilor şi invitaţiilor lui. Trăind mai mult în mintea mea şi cu grijile mele, mă deconectez de la corpul meu fizic, de la pulsiunile mele, de la viaţa din mine. Plăcerea este interzisă, plină de culpabilitate. M-am închis într-o carapace, la nivel fizic şi psihologic. Am impresia că nu aparţin nimănui. Oare îmi accept din plin pulsiunile sexuale, chiar dacă acest lucru implică faptul că, uneori mă simt subjugată şi uneori simt că îmi pierd controlul ? Am fost victima unei acuzaţii ? Sau am trăit o situaţie în care, copilul meu pleca sau aveam impresia că pleacă, într-un anumit fel, la război şi nu se va mai întoarce ? Sufăr pentru că nu am un partener, pentru că nu "aparţin" nimănui. Trăiesc acest lurcu ca pe o dramă, care deurează de prea mult timp. Toate aceste situaţii pot declanşa o **coborâre a vaginului** sau tulburări asociate cu aceasta. Mă simt neputincioasă faţă de mine însămi şi faţă de ceea ce se întâmplă. Este o stare care, de obicei implică un conflict sau o respingere la nivelul sexualităţii mele şi a percepţiei pe care o am despre sexualitate.

Accept↓♥ să fiu deschisă faţă de **iubire**, sub toate formele ei şi să mă împlinesc pe deplin.

1222. VAGIN — MÂNCĂRIMI VAGINALE *Vezi: MÂNCĂRIMI VAGINALE*

1223. VAGINAL — HERPES *Vezi: HERPES VAGINAL*

1224. VAGINALE (scurgeri...) *Vezi: LEUCOREE*

1225. VAGINALE (spasme...) *Vezi: SPASME*

1226. VAGINITE Vezi şi: CANDIDA, LEUCOREE, URINĂ [INFECŢII URINARE]

Vaginita este o infecţie a **vaginului** (precum candidoza sau ciupercile) însoţită sau nu, de un miros neplăcut. În majoritatea cazurilor, simbolizează faptul că, am o frustrare faţă de parteneul meu sexual sau trăiesc o culpabilitate. Dacă folosesc sexul pentru a avea o putere sau un control asupra partenerului meu, este posibil să am frecvent, probleme vaginale. Aceasta poate fi scuza ideală pentru a nu face dragoste şi pentru a-mi pedepsi astfel partenerul, privându-l de sex. Partea mea prea puritană sau moralizatoare mă face să mă pedepsesc pe mine, printr-o vaginită. Intimitatea pe care o presupune o relaţie sexuală poate declanşa mai multe sentimente legat de frică: frica de a mă simţi neînţeleasă, rănită din nou sau de a-l pierde pe celălalt, care s-ar putea simţi controlat, posedat. În plus, mirosurile neplăcute permit eliberarea emoţiilor negative, a suferinţei şi a angoasei acumulate, care sunt adânc îngropate în ţesutul vaginal. **Vaginul** este locul de unde provin toate sentimentele mele cu privire la sexualitate. Dacă aceste sentimente sunt pozitive, îmi trăiesc cu plăcere sexualitatea. Dacă însă, vreau să mă autopedepsesc sau simt culpabilitate, frici, ruşine, conflicte, confuzie sau am amintiri din experienţe abuzive, este posibil să apară o infecţie.

Accept↓♥ să mă deschid spre ideea de a trăi o sexualitate armonioasă. Acest lucru face parte din viaţa mea şi din fericirea la care am dreptul.

1227. VARICELA *Vezi: BOLILE COPILĂRIEI*

1228. VARICE *Vezi: SÂNGE — VARICE*

1229. VARICOCEL *Vezi: TESTICULE [ÎN GENERAL...]*

1230. VĂRSĂTURI *Vezi: GREAŢĂ*

1231. VÂNĂTAIE *Vezi: PIELE — VÂNĂTAIE*

1232. VEGETATIVĂ CRONICĂ (stare...) *Vezi: STARE VEGETATIVĂ CRONICĂ*

1233. VEGETAŢII ADENOIDE (POLIPI) *Vezi: AMIGDALE*

Vegetaţiile adenoide, sub denumirea comună de **polipi**, reprezintă o infecţie care îi afectează mai ales pe copii. Se manifestă prin hipertrofia amigdalelor, situate în spatele foselor nazale, provocând o obstrucţie la nivelul nasului, ceea ce îl obligă pe copil să respire pe gură. Fiind foarte sensibil şi cu o intuiţie foarte dezvoltată, îmi blochez nasul pentru a nu mai mirosi lucrurile care mă rănesc. Poate fi vorba despre un detaliu absolut banal, din cotidian, pe care îl amplific exagerat de mult. Uneori mi se întâmplă să simt că nu îmi găsesc locul în familia mea; simt o furie puternică şi mă simt respins. Prefer să tac în loc să fiu nevoit să aegumentez ceva. Tensiunile sau conflictele din familie, pot favoriza apariţia **vegetaţiilor**.

Accept↓♥ să mă poziţionez, în armonie, îmi exprim sentimentele şi recunosc beneficiile intuiţiei.

1234. VENE (afecţiuni ale...) *Vezi şi: SÂNGE — CIRCULAŢIA SANGUINĂ*

Vena este un vas de sânge care aduce sângele de la organe înapoi la **inimă♥**[94]. Când venele se întorc de la plămâni la inimă, transportă un sânge "roşu", purificat, oxigenat. Când venele revin de la celelalte organe, spre inimă, transportă un sânge "albastru", foarte slab oxigenat şi plin de dioxid de carbon. O afecţiune a venelor simbolizează faptul că nu mă bucur destul de viaţă. Ca şi cum nu aş fi găsit niciodată bucuria de a trăi. Sângele circulă prin venele mele; sângele simbolizează viaţa, bucuria de a trăi. Mă aflu în contradicţie cu vocea mea interioară şi cu ceea ce realizez în viaţa mea. Mă simt dezamăgit, depăşit. Trăiesc într-o stare de inerţie, nu mai pot vedea lucrurile frumoase care mi se întâmplă. Îmi lipseşte energia, mă simt golit. Sunt incapabil să îmi asum viaţa şi nu vreau să mă întorc acasă, în căminul meu. Aş vrea să mă eliberez de neliniştile mele, dar există ceva ce mă împiedică. **Venele coronare** sunt afectate mai ales atunci când îmi este teamă că voi pierde ceva sau pe cineva, pe care "îl posed" şi nu vreau să îi dau drumul. Trăiesc situaţia ca pe un pericol care îmi ameninţă "teritoriul", adică partenerul meu, familia mea, munca, ideile mele etc. Îmi e teamă că nu am identitate, nu aparţin nimănui, deoarece am o dependenţă: sufăr din cauza indiferenţei, mai ales cea a partenerului meu. Mă simt neglijat, abandonat. Ofer mult, dar am impresia că nu primesc la fel de multe în schimb. Simt că "nu mai am sânge în vine", îmi lipsesc energia şi curajul.

Accept↓♥ să las să circule bucuria în mine. Recunosc momentele de fericire, învăţ să mă destind şi îmi regăsesc pacea interioară.

1235. VENE — VARICE *Vezi: SÂNGE — VARICE*

1236. VENERICE (boli...) *Vezi şi: ŞANCRU, HERPES [ÎN GENERAL] / GENITAL*

O **boală venerică** poate sugera un sentiment de culpabilitate cu privire la sexualitatea mea. Este posibil să fi avut o educaţie religioasă, care mi-a format ideea că sexualitatea este ceva murdar şi impur. Pentru că mă simt ruşinat de gândurile şi de gesturile mele, trădate de celălalt, care "mi-a transmis boala", cred că trebuie să mă pedepsesc şi îmi resping părţile genitale. Mă autopedepsesc şi mă autodistrug. Energia sexuală este foarte importantă şi foarte puternică, face parte integrantă din programul meu genetic pentru supravieţuirea speciei. Prin urmare, o **boală venerică**, implică o afecţiune sau o infecţie legate de această energie. Dacă o subestimez, o abuzez sau o folosesc într-un mod negativ, prin lipsă de respect faţă de mine sau e ceilalţi, corpul meu mă avertizează printr-o **boală venerică.** Sunt mulţumit de sexualitatea mea şi, mai ales, mă simt bine şi împlinit cu persoana cu care îmi împărtăşesc intimitatea? Mă respect sau am impresia că sunt abuzat? Faptul de a nu mă accepta pe mine însumi poate duce la respingere, frustrare şi, pentru că nu îmi mai controlez pulsiunile, "atrag" o **boală venerică**, care mă obligă să stau la distanţă de orice contact sexual, pentru o anumită perioadă de timp. Sau este posibil să îmi atrag această boală, pentru a mă răzbuna pe partenerul meu, atunci când simt că m-a abandonat, pe plan afectiv. Nu mai "venerez" nimic la el. În cazul în care sunt afectat de **chlamydia**, acest lucru înseamnă că, îmi este teamă de putere, mai ales de cea sexuală, care ar putea duce la un abuz (a fi abuzat sau a abuza pe cineva). Mă culpabilizez atunci când îmi simt pulsiunile. Îmi este teamă, atât de ceea ce simt, cât şi de ceea ce este în jurul meu. Care este frustrarea care mă deranjează în viaţa mea sexuală? Corpul meu exprimă ceva ce aş vrea să îi spun partenerului meu? Am impresia că sunt neputincios în această situaţie? Mă simt dominat în aspectul meu feminin sau masculin. Am nevoie de o distanţare pentru a analiza relaţia mea cu partenerul meu şi corpul meu este cel care trasează limitele, pe care eu nu îndrăznesc să le exprim, deoarece am o stare de slăbiciune. Aş vrea să schimb unele aspecte ale relaţiei şi mă simt incapabil să mă poziţionez. Nu găsesc cuvintele potrivite, dar acest lucru mă deranjează. **Gonoreea**, denumită şi **blenoragie**, indică iritarea mea legată de incapacitatea mea de a îndeplini anumite lucruri. Vreau să realizez lucruri mari, dar mă devalorizez atât de mult încât nu mai am nicio energie pentru a face ceva. De asemenea, sunt dezamăgit de partenerul meu. **Sifilisul** indică faptul că mă refugiez într-o sexualitate golită de sens. Este o boală care aduce o anumită ruşine asupra familiei. Îmi ignor adevăratele sentimente şi am relaţii cu partenerul meu, în care încerc să îmi exercit puterea, sau vreau să fiu eu pe primul loc. Dacă am o **boală venerică**, este posibil să existe un sentiment de pierdere sau o frică de abandon, pe plan afectiv? Care este calea pe care trebuie să o urmez, pentru a-mi regăsi echilibrul şi unicitatea? Există în mine un aspect de fuziune cu celălalt, pr care nu l-am sesizat în relaţiile mele şi care nu îmi convine? Este important să accept↓♥ că sexualitatea este o formă de exprimare a **iubirii** mele şi a dorinţei mele de a mă uni cu celălalt. Învăţ să observ ceea ce este bun pentru mine şi ce anume nu îmi convine.

Accept↓♥ să îmi contactez sentimentele interioare pentru ca relaţiile mele să fie sincere şi sănătoase. Îmi folosesc puterea într-un mod pozitiv şi la să circule îîn mine toate energiile creatoare. Aleg să îmi revizuiesc poziţia în relaţiile mele afective şi sexuale. Las să circule liber ideile noi şi îmi păstrez spiritul deschis. Îmi adaptez modul de gândire şi accept↓♥ faptul că această experienţă este un mijloc de a mă dezvolta şi de a-mi regăsi echilibrul afectiv.

1237. VERGETURI *Vezi: PIELE— VERGETURI*

1238. VERTEBRE (fractură de...) *Vezi: SPATE — FRACTURĂ DE VERTEBRE*

1239. VERTIJ ŞI AMEŢEALĂ *Vezi şi: SÂNGE — HIPOGLICEMIE , CREIER — ECHILIBRU [PIERDEREA...]*

Vertijul este o tulburare cerebrală, o senzaţie sub influenţa căreia cred că propria mea persoană sau obiectele din jurul meu sunt animate de o mişcare giratorie sau oscilatorie (vertij rotativ). A avea un vertij sau o ameţeală este un mod de a fugi de un eveniment sau de o persoană, pe care refuz să o văd sau să o aud: chiar dacă nu sunt mulţumit, rămân în această "schemă" de funcţionare.

---

[94] În timp ce artera, este vasul de sânge care transportă sângele de la inimă♥, spre celelalte organe

Refuz să mă supun autorităţii exterioare sau interioare, vocii mele interioare. Pot avea impresia că o situaţie evoluează prea repede pentru mine şi îmi este frică de schimbările pe care le va genera în viaţa mea. Oare pot fi tot timpul la înălţime? O sarcină nouă sau o poziţie nouă, pe care le consider prea exigente, îmi pot provoca un **vertij** fizic psihologic, care se poate transforma în vertij fizic.

Îmi este teamă că nu voi ţine pasul cu schimbările. Totul se mişcă prea repede ! Simt că îmi pierd spaţiul vital, mă simt strivit. Este ca şi cum nu aş mai avea repere pentru a mă conduce şi pot avea impresia că "tatăl meu", sau cineva care reprezintă autoritatea, este absent şi că ar trebui să mă ajute mai mult, legat de direcţiile în care trebuie să merg. Îmi este frică de viitor, nu prea ştiu în ce directive să merg şi mă regăsesc în faţă în faţă cu mine însumi, în neant. Acest lucru îmi provoacă un **vertij**. Am o dificultate în a mă poziţiona. Prefer să mă închid, să evadez. Aş vrea să controlez totul, atât ceea ce se întâmplă în interior, cât şi ceea ce se întâmplă în exteriorul meu, dar este imposibil şi devin tot mai instabil şi mai anxios. În majoritatea cazurilor, atunci când sufăr de **vertij** şi de **ameţeli**, este posibil să sufăr de hipoglicemie. Există forţe asupra cărora nu am niciun control şi acest lucru mă descurajează. Cau tot timpul adevărul. Sunt afectat de o minciună, în legătură cu linia mea genealogică şi am impresia că ceva "nu este în regulă" şi nu ştiu despre ce este vorba. Nu sunt în contact cu pământul, "nu ating pământul". Mă învârt în cerc şi nu văd nicio ieşire. Există lucruri pe care nu suport să le aud. Trăiesc în gândurile mele, în visele mele. Am o stare de rău sau o tulburare profundă cu privire la poziţia pe care o ocup în familia mea sau în societate. Care este poziţia mea, mă simt confortabil cu aceasta? **Vertijul** scoate la **lumină** un dezechilibru interior pe care îl trăiesc, de multe ori, între partea mea feminină şi cea masculină. Sau un dezechilibru apărut în urma unui şoc emoţional: plecarea cuiva drag, de exemplu, al cărei impact l-am neglijat, am preferat să mă prefac că nu mă afectează. Am impresia că aşa îmi pot păstra controlul asupra vieţii mele, dar nu este decât un echilibruesterior, foarte fragil, o iluzie.

Accept↓♥ să descopăr bucuria de a trăi, să îmi ofer mici plăceri şi să am încredere în viitor. Astfel îmi voi regăsi un sentiment de echilibru interior, esenţial pentru vindecarea mea.

1240. VERUCI (în general) *Vezi: PIELE — VERUCI [ÎN GENERAL]*

1241. VERUCI PLANTARE *Vezi: PICIOARE — VERUCI PLANTARE*

1242. VEZICĂ (AFECŢIUNE LA...) *Vezi şi: CALCULI ÎN GENERAL, INFECŢII ÎN GENERAL, URINĂ [INFECŢII URINARE]*

Vezica este rezervorul în care urina"aşteaptă" să fie eliberată. Ea simbolizează "aşteptările" pe care le am de la viaţă. Simbolizează, de asemenea, faptul de a privi adevărul în faţă, adevărul conţinut în toate emoţiile mele, în toată lumea mea afectivă. **Vezica** funcţionează bine dacă las să circule liber emoţiile, în procesul de acceptare↓♥. Problemele la **vezică** indică faptul că am tendinţa de a mă agăţa de vechile mele idei, pe care refuz să le las să plece. Mă opun schimbărilor, din cauza insecurităţii mele. Am o dificultate în a mă adapta la noile situaţii. Vezica mea reacţionează dacă vreau să evit adevărul. Vreau să manipulez, să controlez, mai ales la nivelul sexualităţii. Afecţiunile la vezică denotă faptul că, trăiesc o anxietate de mult timp şi a sosit momentul să îmi dau drumul la emoţiile negative, nedorite. Astfel, vezica mea mă va împiedica să mă **înec** în propria mea negativitate. **Infecţiile urinare** sunt semnul faptului că trăiesc multe frustrări, sufeirnţă şi nesiguranţă, neexprimate. Pot să simt chiar şi ***ură***. Este bine să mă investighez, pentru a afla ce anume reţin în viaţa mea şi ar fi indicat să eliberez. Aceste sentimente mă împiedică să fac anumite lucruri, să acţionez. Trăiesc o perioadă de introspecţie şi de pasivitate. Aceste sentimente pot fi trăite într-o situaţie în care este vorba despre ceea ce îmi aparţine mie, sau ceea ce consider a fi teritoriul meu. Ca şi atunci când "îmi este greaţă", se întâmplă ca, de fiecare dată când ajung acasă, să găsesc mizerie şi dezordine peste tot. Nu mă mai regăsesc acasă, nici pe plan fizic, nici pe plan personal. Trăiesc într-un haos ***imens*** şi am nevoie să văd mai clar în viaţa mea. Am impresia că cineva vrea să ***acapareze*** ceva ce îmi aparţine sau că cineva mă pândeşte. Nu ştiu cum să îmi respect limitele. Viaţa mea este dezorganizată; nu mă mai pot poziţiona, deoarece mi-am pierdut reperele. Cărui teritoriu (cărei familii) îi aparţin? **Vezica** reprezintă, de asemenea, domeniul relaţiilor mele personale. Este posibil ca aceste **infecţii** să apară, de multe ori, în perioada din jurul lunii de miere, în timpul unei relaţii complicate şi conflictuale sau, cu ocazia unei rupturi. Luna de miere sau o experienţă sexuală mă pot determina să am anumite dificultăţi, chiar decepţii, care pot declanşa furie sau resentimente faţă de partenerul meu, ca şi cum acesta ar fi responsabil de insatisfacţia mea. Frica mea de intimitate poate fi descoperită, în astfel de situaţii. O relaţie pe punctul de a se rupe este, de obicei, apogeul cuvintelor "nespuse", al emoţiilor refulate în interiorul eu: este ca şi cum aş îngropa în adâncul meu, problemele mele psihologice, provocând astfel o presiune constantă. Această presiune riscă să ***explodeze***. O creativitate slab exprimată (inclusiv cea sexuală) poate determina dificultăţi la nivelul **vezicii**. Trebuie să înţeleg că, dacă mă voie libera de această presiune, oricare ar fi ea, voi simţi, cu siguranţă, o uşurare. **Calculii la vezică** indică cât de dur sunt cu mine însumi şi cât de deconectat sunt de emoţiile mele. Acest lucru mă determină să trăiesc confuzie şi îndoială. Dacă am nevoie să **urinez tot timpul**, înseamnă că există o presiune permanentă asupra **vezicii** mele. Există un prea-plin de emoţii. Mă simt depăşit de ceea ce se întâmplă în viaţa mea. Nevoia mea de a urina este de obicei foarte presantă, prin urmare, trăiesc mai multe situaţii în care mă simt presat şi chiar în stare de urgenţă.

Este posibil să vreau să mă grăbesc să-mi eliberez toate emoţiile, pentru a evita să fiu nevoit să le trăiesc şi să mi le asum pe deplin. În loc să am relaţii durabile cu ceilalţi, am tendinţa de a mă implica foarte puţin. Experimentez tot felul de lucruri noi, vreau să deţin din plin controlul asupra cţiunilor mele, dar îmi este greu să mă implic şi să mă adaptez, pe plan emotional. După ce a trecut un pericol, simt nevoia să urinez, pentru a elibera stresul acumulat. În cazul în care, **cantitatea de urină este mai mică** decât de obicei (**oligurie**) acest lucru simbolizează faptul că, relațiile mele personale sunt "uscate", ca și cum m-aș afla într-un deșert. Această stare este determinată, de obicei, de o furie care mă roade pe dinăuntru. Un **cancer** poate apărea dacă decid să mă "deconectez" de emoțiile mele, așa-zis negative și să le ***alung*** din viața mea. Dacă îmi golesc doar mintea este ca și cum nu aș vedea un incendiu care îmi distruge casa. În loc să caut răspunsurile în interior, simt nevoia să le caut tot timpul, în exterior.

Accept↓♥ să mă eliberez de vechile mele credințe și fac loc lucrurilor noi din viața mea. Accept ↓♥ să investesc din timpul meu și să mă implic în relațiile interpersonale și accept↓♥ să exprim toate aceste emoții, care îmi deranjează vezica. Îmi eliberez emoțiile din trecut, pe care le rețineam până acum. Trăiesc în adevăr și simplitate.

1243. VEZICA BILIARĂ Vezi și: CALCULI BILIARI, FICAT [AFECȚIUNI ALE...]

Vezica biliară este un rezervor membranos, situat sub ficat, unde se acumulează ***bila*** pe care o secretă ficatul. Această bilă elimină substanțele toxice din intestin. Bila simbolizează eliminarea emoțiilor și a experiențelor negative pentru mine. Ea reprezintă puterea mea de a-mi asimila și de a-mi digera emoțiile, pentru a mă împlini pe deplin. Dificultățile care pot apărea în acest caz sunt legat de anumite "modele" emoționale și mentale, care sunt pline de amărăciune și de iritare față de viața mea sau față de ceilalți. Dacă aceste modele se fixează și se întăresc, se pot transforma în **calculi biliari.** Dacă vezica biliară nu funcționează bine, acest lucru poate decurge din nesiguranța mea sau din neliniștile mele legate de o persoană pe care o iubesc. Atașamentul față de această persoană mă determină să trăiesc emoții pe care îmi este greu să le gestionez și să mi le asum. Plecarea (moartea) unei persoane devine pentru mine un eveniment foarte dificil și o sursă pentru ranchiună: de multe ori dintr-o astfel de situație decurg conflicte legat de împărțirea moștenirii. **Vezica biliară** poate fi deranjată, de asemenea, de situații de conflict, deoarece îmi este teamă că "îmi pierd partea cuvenită" și că trebuie să mă despart de lucruri sau de persoane dragi sau există riscul să-mi fie răpite. Trăiesc o confuzie și o ambivalență față de emoțiile mele. Îmi este greu să discern și să văd clar emoțiile și responsabilitățile mele și să acționez corect. Am impresia că trebuie să-mi justific tot timpul actele și să percep situațiile din viața mea ca fiind "nedrepte", ceea ce îmi provoacă multă furie. Devin ***amar***, chiar ***furios***, față de anumite persoane, situații sau ***gesturi***, uneori ajung chiar să îi ***detest*** și să caut o revanșă. Am impresia că mi se încalcă spațiul vital. Furia, care de obicei rămâne tăcută, și supărarea mă determin să mă retrag din lume. Trăiesc multă animozitate. Aș vrea să mă exteriorizez și să arăt lumii întregi de ce sunt, dar rămân închis în carapacea mea. Acest lucru mă disperă.

Accept↓♥ să mă eliberez de aceste sentimente amare, iritante. Trebuie să consider, fiecare experiență pe care o trăiesc,ca pe o ocazie de a mă cunoaște mai bine și de a-mi folosi sensibilitatea într-un mod pozitiv și creator, în loc să îi controlez și să îi manipulez pe alții. Doar prin exprimarea sentimentelor mele interioare și prin acceptarea experiențelor trecute, care m-au marcat, voi putea să mă eliberez și să trăiesc în pace.

1244. VEZICĂ — CISTITA *Vezi și: ANEXA III*

Cistita este o inflamație a **vezicii**, de obicei **infecțioasă**. Există uenle evenimente sau unele situații, care mă determină să îmi rețin **iritarea**, **frustrările** și **insatisfacția**. Sunt atât de contrariat în așteptările mele, încât vezica mea se inflamează. Trăiesc o presiune foarte puternică. **Cistita** apare, de obicei, atunci când trăiesc o situație de ruptură, fie în relație cu partenerul meu, fie cu un asociat în afaceri sau cu un membru al familiei. Simt o disperare mare și îmi este greu să îmi exprim emoțiile. Există o luptă afectivă, care mă face să trăiesc stări de răceală și de asprime. Tăcerea amplifică sentimentul de neputință, deoarece mă simt legat, înlănțuit, invadat. Îmi împiedic exprimarea emoțiilor. Este posibil să vreau să joc un rol de conciliator între două persoane, de obicei, tatăl meu și mama mea. Oare este rolul meu să fac acest lucru sau este vorba mai degrabă, de o intruziune în viața lor? Trăiesc o situație care mă arde și emoția corespunzătoare acesteia vrea să se elibereze. Faptul de a avea o **cistită** poate fi un lucru benefic, într-un anumit sens, deoarece tulbură relațiile sexuale, care devin mai rare. Trăiesc un conflict cu partenerul meu și furia mea se manifestă într-un mod subit și excesiv. Îmi este greu să îmi găsesc locul, spațiul meu vital, în cuplu. Arde de nerăbdare față de cineva sau într-o anumită situație.

Accept↓♥ faptul că este foarte important să mă relaxez pentru amă elibera, deoarece, dacă mă rețin îmi blochez energia, din cauza fricilor. Nemulțumirea mea față de evenimente, care produce o tensiune nervoasă, duce la inflamarea vezicii. Accept↓♥ să trăiesc momentul prezent la maximum și îmi dau seama că, fiind deschis, pot să gust din minunatele experiențe care apar. Acționez și merg înainte.

1245. VIERMI, PARAZIȚI *Vezi: PĂR— TEN, INTESTINE — COLON / TENIA, PICIOARE — MICOZĂ*

1246. VITILIGO *Vezi: PIELE — VITILIGO*

1247. VIOL *Vezi și: ACCIDENT, FRICĂ*

Violul este o agresiune care poate provoca un dezgust față de sexualitate sau o decepție față de sine. Poate fi legat de o culpabilitate puternică față de sexualitate, mai ales la nivel mental, "de teamă de ce s-ar putea întâmpla!" **Violul** la care facem referire aici, este legat de sexualitate, adică de un raport sexual impus, fără consimțământul persoanei respective. Chiar dacă nu am trăit o astfel de experiență pe plan sexual, este posibil să o fi trăit în alte aspecte. Dacă, de exemplu, mi s-a furat ceva, este posibil să trăiesc un sentiment ca și cum aș fi fost violat. **Violul psihic** poate fi la fel de grav ca și **violul fizic:** trebuie să învăț să nu mă mai las abuzat. Felul în care îi las pe ceilalți să mă trateze, în ceea ce privește gusturile mele personale, ideile mele, valorile mele, poate fi perceput ca un **viol.** Pot trăi o situație de **viol** și în cadrul unui mariaj. Dacă am fost supus unui viol sau unui abuz sexual, analizez dacă ignoranța mea în ceea ce privește sexualitatea, chiar dacă este inconștientă, era atât de mare, încât am "atras" (pe plan energetic) această situaţie, ca pentru a mă elibera de o frică sau, pur şi simplu, pentru a nu mai fi abuzat. Este posibil să fi avut pulsiuni sexuale foarte puternice, dar îmi interziceam să mi le asum. Am tendinţa de a fi prea moale, prea influenţabil: este mai simplu să mă supun celorlalţi, decât să îmi afirm propriile mele nevoi. Astfel le voi câştiga **iubirea**. Simt o angoasă la ideea de a intra în contact cu emoţiile mele, care mă paralizează. Nu am încredere în mine. Am impresia că nu pot trăi decât dacă am pe cineva în viaţa mea şi uneori sunt gata să plătesc (în toate sensurile cuvântului) foarte scump pentru a primi afecţiune şi tandreţe. **La nivel conştient, nu am vrut această situaţie**, dar trebuie să înţeleg funcţionarea subconştientului, pentru a-mi da seama că, acesta poate programa un eveniment, pentru a mă elibera de frica pe care o simt. Trebuie să fiu atent, să nu mă consider vinovat de ceea ce mi se întâmplă, ci să încerc, mai degrabă, să aflu de ce mi s-a întâmplat aşa ceva, pentru a mă ajuta să vindec rana deschisă în mine. În cazul în care cred (sau mi s-a spus) că voi fi marcat pentru tot restul vieţii mele de această situaţie, ar fi foarte bine să încep să cred imediat că **ESTE FALS. Există mijloace de a te vindeca complet după o asemenea situaţie**. Nu va mai rămâne decât amintirea acelei situaţii, istoric vorbind, dar nu va mai exista suferinţa, tristeţea, furia, supărarea sau ura, deoarece toaate se vor vindeca, printr-o **conştientizare♥ la nivelul inimii şi prin înţelegerea asociată acesteia.**

Am încredere în posibilităţile infinite pe care viaţa mi le oferă şi învăţ să îmi ocup locul cuvenit, să mă poziţionez. Astfel, voi deveni stăpânul absolut al evenimentelor din viaţa mea.

Pentru a mă vindeca, trebuie să ies din starea de victimă, să mă responsabilizez şi **să accept↓♥ să ridic vălul de pe trecutul meu.** Începând de acum, nu mai fug şi mă privesc direct în ochi.

Accept↓♥ să găsesc în interiorul meu siguranţa şi forţa de a mă recunoaşte, în calitate de fiinţă umană, îndrumată şi protejată tot timpul. Las în urma mea această experienţă trăită, fiind **conştient** că persoana care a fost implicată în acea situaţie, va căuta şi ea, să îşi depăşească sentimentul de neputinţă. Redevin stăpân pe viaţa mea şi devin total autonom. Trebuie să mă respect pe mine însumi pentru ca şi ceilalţi să mă respecte la rândul lor. Doar dacă voi experimenta **iubirea,** în fiecare gest pe care îl fac, voi putea experimenta fericirea, în fiecare moment. Astfel, pot să contribui la îmbunătăţitea **conştiinţei** familiei mele: sentimentele de inferioritate, de neputinţă, de victim, pe care le pot trăi unii membri ai familiei mele, vor fi diminuate. Faptul de a dezvălui secretul şi de a rupe tăcerea aduce o eliberare foarte mare.

1248. VOCE (stinsă...) *Vezi: AFONIE*

1249. VOCE — RĂGUŞEALĂ

Atunci când timbrul meu vocal devine surd, zgâriat sau hârşâit, am **vocea răguşită (disfonie). Răguşeala** simbolizează faptul că sufăr de epuizare mentală şi fizică. Există ceva ce mă împiedică să vorbesc, fără să simt obstacole, fără să mă

”agăţ” în ceva. Trăiesc un blocaj emoţional, o emoţie puternică şi îmi reţin agresivitatea. Deoarece gâtul este legat de centrul de energie al adevărului, al comunicării şi al exprimării de sine (chakra gâtului), mă simt blocat de un adevăr, pe care îmi este greu să îl asimilez şi de convingerile mele personale. Trăiesc în funcţie de structuri foarte clare şi uneori rigide. Percepţia mea asupra muncii, de exemplu şi convingerea că ”trebuie să munceşti din greu pentru a reuşi în viaţă” determină un surmenaj, care se manifestă, printre altele, printr-o **răguşeală.** Iau calmante sau stimulenţi, precum cafeaua, alcoolul ţigările etc. şi, când efectul acestora dispare, răguşeala apare din nou. Oboseala pe care o simt amplifică neliniştile şi grijile pe care nu voiam să le văd. Este ca şi cum vocea mea ezită să scoată sunete, deoarece mi-e teamă că mă voi izbi de un zid; nu mai ştiu ce să spun, deoarece mă simt puţin ”nebun”.

Accept ↓♥ faptul că am nevoie de o pauză şi de timp de odihnă pentru a mă reface. Fiind odihnit, situaţiile şi evenimentele îşi reveni la proporţiile lor reale; voi fi mult mai obiectiv şi mai lucid pentru a lua deciziile necesare. Pot să cât şi să îmi eliberez astfel vocea şi exprimarea de sine.

1250. VORBIRE Vezi şi: AFONIE

Vorbele pe care le rostesc în prezent îmi creează viitorul. Se spune că gândirea creează şi verbul (vorbirea) manifestă. Astfel, atunci când vorbesc, îmi fac concretizez gândurile pe plan fizic, ca şi cum **vorbirea** ar deveni materială. Dacă am o dificultate legată de **vorbire**, de a-mi alege cuvintele pentru a exprima ceea ce trăiesc, pot să mă întreb în ce situaţie am fost obligat să nu spun nimic, să mint şi să folosesc cuvinte care nu respectau realitatea mea. Dacă, de exemplu, sunt o femeie, care nu a putut să spună că era însărcinată, există un stres imens care s-a înregistrat, din cauza faptului de a ”nu spune”, de ascunde ceva. După acest moment, când apar situaţii asemănătoare sau imediat ce mă simt într-o situaţie de stres, am o dificultate de a vorbi. Mă simt inferior celorlalţi. Este greu să mă exprim, deoarece îmi este teamă că nu voi fi la înălţime. Poate vreau să joc un rol. Armonia sau dizarmonia în care SUNT depind de calitatea **vorbelor** mele, de alegerea cuvintelor. Dacă ceea ce spun este melodios, vorbesc din **inimă♥**, dacă bucuria, optimismul, încurajările ies din gura mea, voi atrage soarele. Dacă însă, **vorbele** mele sunt răutăcioase, negative, pline de furie, distructive, atrag astfel nori negri, furtuni şi intemperii. **Alegerea îmi aparţine !**

1251. VULVĂ Vezi şi: BUZE

Vulva reprezintă ansamblul organelor genitale externe ale femeii. Aşa cum buzele sunt considerate poarta gurii, **labiile** vaginului reprezintă buzele aparatului genital. Un sentiment de gol, de epuizare, de slăbiciune poate provoca o inflamaţie (**vulvită**) sau alte tulburări ale **vulvei**. Mă simt vulnerabilă, neputincioasă, resping orice contact fizic, sunt lipsită de bucurie interioară. Mă închid în faţa plăcerii. Angoasa şi fricile determină inflamaţia vulvei, de multe ori, în momente în care am fost nevoită să iau mai multe decizii. Am obosit să iau decizii şi această afecţiune indică neputinţa mea, impresia mea că sunt diminuată, în fața evenimentelor. Am o dificultate în a mă exprima la nivelul **inimii♥** în relațiile intime cu partenerul meu și nu mai vreau să fim apropiați: rănile din trecut sunt încă prezente și prefer să am un anumit control asupra corpului meu și asupra emoțiilor mele.

Accept↓♥ să mă simt valorizată și accept↓♥ responsabilitatea alegerilor mele.

Anexa 1

CORP (ÎN GENERAL) vezi și PĂRȚI CORESPUNZĂTOARE

Iată părțile corpului și semnificația metafizică general atașată fiecăreia.

PĂRUL	FORȚA MEA
PIELEA CAPULUI	PARTEA MEA DIVINĂ
CAPUL	INDIVIDUALITATEA MEA
OCHII	CAPACITATEA DE A VEDEA
URECHILE	CAPACITATEA DE A AUZI
NASUL	CAPACITATEA DE A SIMȚI PERSOANE SAU SITUAȚII
BUZELE	CEA SUPERIOARĂ E LEGATĂ DE PARTEA FEMININĂ CEA INFERIOARĂ DE PARTEA MASCULINĂ
DINȚII	DECIZIILE CELE LEGATE DE PARTEA FEMININĂ ÎN PARTEA DE SUS, CELE LEGATE DE PARTEA MASCULINĂ, JOS.
GÂTUL.	FLEXIBILITATEA, CAPACITATEA DE A VEDEA DIN MAI MULTE PERSPECTIVE SITUAȚIILE DIN VIAȚĂ
GÂTUL (INTERIOR)	LIMBAJUL VERBAL ȘI NONVERBAL, CREATIVITATEA
UMERII	CAPACITATEA DE A PURTA RESPONSABILITATEA
BRAȚELE	CAPACITATEA DE A PRIMI OAMENII ȘI SITUAȚIILE. ELE SUNT PRELUNGIREA INIMII. SERVESC LA EXECUTAREA ORDINELOR. AU LEGĂTURĂ CU CEEA CE FAC, CU MUNCA MEA
COATELE	FLEXIBILITATEA DE A SCHIMBA DIRECȚIA ÎN VIAȚĂ
DEGETELE	MICILE DETALII COTIDIENE
INIMA	IUBIREA
SÂNGELE	BUCURIA DIN VIAȚA MEA
SÂNII	PARTEA MEA MATERNĂ
PLĂMÂNII	NEVOIA DE SPAȚIU, DE AUTONOMIE
STOMACUL	CAPACITATEA DE A DIGERA IDEI NOI
FUNDUL	SUPORTUL, SUSȚINEREA MEA
ARTICULAȚIILE	FLEXIBILITATEA, CAPACITATEA DE A MĂ PLIA PE ANUMITE SITUAȚII DE VIAȚĂ
PIELEA	LEGĂTURA DINTRE INTERIOR ȘI EXTERIOR, ECHILIBRUL
OASELE	STRUCTURA DE LEGI ȘI PRINCIPII ALE LUMII ÎN CARE TRĂIESC
INTESTINE	CAPACITATEADE A RENUNȚA LA CEEA CE ÎMI ESTE INUTIL
RINICHI	SEDIUL FRICII
PANCREAS	BUCURIA CARE ESTE ÎN MINE
FICAT	SEDIUL CRITICII
GAMBELE	CAPACITATEA DE A AVANSA ÎN VIAȚĂ, DE A MERGE SPRE SCHIMBARE ȘI EXPERIENȚE NOI
GENUNCHII	FLEXIBILITATEA, MÂNDRIA, ORGOLIUL, ÎNCĂPĂȚÂNAREA
PICIOARELE	DIRECȚIA, ÎNȚELEGEREA MEA ȘI A VIEȚII

Anexa 2

Lista principalelor afecțiuni și semnificația lor

Abces	dificultatea de a exprima ceva ce mă irită
Accident	vinovăție
Alcoolism	încercarea de a fugi de responsabilități, frica de a fi rănit "din nou"
Alergii	frustrare în fața unei persoane sau eveniment asociat produsului alergen
Alzheimer	dorința de a fugi de realitatea acestei lumi
Amputare	o mare culpabilitate
Angoasă	credința că sunt limitat
Anorexie	stimă de sine scăzută, dorința de "a dispărea"
Artrită	critică și autocritică
Articulații	lipsă de flexibilitate
Bulimie	dorința de a umple un vid afectiv
Arsură, febră	furie
Cancer	frică sau culpabilitate, dorința inconștientă de a nu mai trăi
Celulită	frica de angajamente, reținerea emoțiilor din trecut
Dependență de țigări	vid interior
Afecțiuni ale inimii	lipsa iubirii de sine sau a iubirii față de ceilalți
Crampe	tensiune
Iritații	nerăbdare, insecuritate
Diabet	tristețe
Diaree	respingerea soluțiilor ce mi se oferă pentru a avansa în viață
Durere	autopedepsire
Eczema	refuzul de a avea contact cu cineva drag
Entorsă	rezistența față de o situație
Sufocare	lipsa spațiului vital
Cangrenă	ură, ranchiună
Incontinență	dorința de a controla totul
Infecții	frustrare
Nerv sciatic	insecuritate material
Sângerare	pierderea bucuriei
SIDA	culpabilitate cu privire la dragoste și sexualitate
Ticuri	tensiuni interioare
Torticolis	evit să văd ambele fațete ale unei situații
Tumoră	șoc emoțional

Anexa 3

Boli a căror denumire are terminația "ITĂ"

Aceste boli sunt în mod obișnuit legate de furie sau de frustrare, se asociază inflamației. Iată câteva exemple

amigdalită
apendicită
artrită
bronșită
bursită
colită
conjunctivită
cistită
gingivită
hepatită
laringită
mastită
otită
poliomielită
uretrită
vaginită

Anexa 4

Boli a căror denumire are terminaţia "OZĂ".

Aceste boli sunt neinflamatorii. Dacă am o astfel de boală, trăiesc o situaţie în faţa căreia îmi pun frâne, căci dau prea multă atenţie limitelor interioare sau exterioare. Nu îndraznesc să acţionez, căci sunt sensibil la criticile celorlalţi. iar această inerţie mă face să fiu negativ şi deprimat.

Exemple

- **Artroză**
- **Ciroză**
- **Cuperoză**
- **Fibroză**
- **Lordoză**
- **Micoză**
- **Nevroză**
- **Oseoporoză**
- **Scleroză**
- **Scolioză**
- **Tromboză**
- **Tuberculoză**

Bibliografie

1. Arnold Roland, La symbolique des maladies, Éd. Dangles, 2000
2. Balch James F., M.D., Balch Phyllis A., C.N.C., Prescription for Nutritional Healing, Avery publishing group inc., 1990
3. BeerlAndt Christiane, La clef vers l'autolibération, Éd. Altima
4. BourBeAu Lise, Qui es-tu?, Éd. Écoute ton Corps, 1988
5. Caffin Michèle, Quand les dents se mettent à parler, Éd. Guy Trédaniel, Éd. de la Maisnie, 1994
6. Charpentier Gérard, Les maladies et leurs émotions, Éd. de Mortagne 2000
7. de SurAny Marguerite, Pour une Médecine de l'Ame, Éd. Guy Trédaniel, 1987
8. de SurAny Marguerite et Jean-Claude JourdAn, Les deux inséparables
9. drAnSArt Philippe, La maladie cherche à me guérir, Éd. Le mercure dauphinois 1999, 2000
10. duhAime Bertrand, L'humanité Métaphysique, A.U.M. Les ateliers universels de motivation
11. Dunne Lavon J., Nutrition Almanac (Third Edition), McGRAW-HILL, 1990
12. Dupont Michel, Dictionnaire historique des médecins dans et hors de la médecine, Larousse-Bordas, 1999
13. Fiammetti Roger, Le langage émotionnel du corps, Éd. Dervy 2004
14. Flèche Christian, Décodage biologique des maladies, Éd. Le souffle d'or, 2001
15. Hay Lousie, D'accord avec mon corps, Éd. Vivez Soleil, 1988
16. Hay Louise, Transformer Votre vie, Éd. Vivez Soleil, 1990
17. Hay Louise, L'amour sans condition, Éd. Vivez Soleil, 1992
18. Müller Brigitte et Hordt H. Günther, REIKI, Guéris toi-même, Éd. Le courrier du Livre, 1994
19. Odoul Michel, Rémy Portrait, Cheveu, parle moi de moi. Le cheveu, fil de l'âme, Éd. Dervy, 1997
20. Odoul Michel, Dis-moi où tu as mal, Éd. Dervy, 1999
21. Rainville Claudia, Métamédecine, la guérison à votre portée, Éd. FRJ, 1995
22. roSSette cAzel Alain, Encyclopédie de décodage biologique, Éd. Holoconcept

23. Sabbah Claude, La Biologie des êtres vivants décrite sous forme d'histoire naturelle, notes de cours, séminaires 1, 2, 3, Éd. Holoconcept, 1997
24. ShApiro Debbie, The Body mind workbook, Element Books limited, 1990
25. ShApiro Debbie, L'intelligence du corps, Éd. Dangles 1998
26. ShArAmon Shalila & Bodo J. BAGINSKI, REIKI Guérir, Rééquilibrer grâce à la Force de Vie Universelle, Éd. Guy Trédaniel, 1991
27. Vereeck Estelle, Dent qui pousse, dent qui parle, Éd. Quintessence 2002
28. Crâne-Colonne, union de l'âme et de l'esprit, Éd. Guy Trédaniel, 1992
29. Dictionnaire des noms illustres en médecine, Docteur Antoine Colin, Prodim Éd. - Librairie, Bruxelles, Belgique 1994
30. Dixel — Le dictionnaire illustré, Dictionnaires Le Robert, 2010
31. Dictionnaire encyclopédique alpha, Éd. Grammont S.A., Lausanne, 1982
32. Larousse médical, Éd. Larousse 2006
33. Le grand dictionnaire collégial de décodage biologique, 2e Éd., Rassemblé par Eduard Van den Bogaert, Asbl Téligaté, avril 2004, Bruxelles
34. Le nouveau petit Robert, Éd. Paul Robert
35. Wikipédia, l'encyclopédie libre — www.wikipedia.org

Despre autor

Născut la Montreal în septembrie 1950, Jacques Martel şi-a terminat în 1977 formarea de inginer electrician la Universitatea Laval din Quebec. În parallel, între 1978-1988 s-a specializat în vitaminoterapie, abordare ortomoleculară ce urmează o abordare holistică a fiinţei umane. În această perioadă, cu titlu benevol, este membru activ în rândul unei mişcări dedicate cunoaşterii de sine, se ocupă de seminarii şi conferenţiază. În 1987 urmează o formare în cadrul Colegiului de prezentatori de radio şi televiziune. În următorii 2 ani participă ca animator la numeroase emisiuni televizate pe tema sănătăţii şi a stării de bine. În 1990 devine fondatorul Centrului ATMA. În 1993 devine maestru REIKI iar între 1994-1998 este preşedintele Asociaţiei Canadiene REIKI. În 1990 începe formarea ca "rebirtheur" profesionist la Institutul Helena Marcoux.

În ianuarie 1991 se naşte proiectul acestei lucrări. A mai scris "Între Spirit şi Inimă" dar şi alte lucrări, multe imprimate pe CD-uri , inclusiv destinate meditaţiei ghidate.

Orice carte este o fereastră dinspre lume spre tine.
Deschide-o !

CARTI	Pret(RON)
18 Poezii – Clara Toma	6,00 lei
Armonia dintre trup,minte,suflet- Clara Toma	15,00 lei
Arta si stiinta magnetismului personal T.Q Dumont	14,00 lei
Agenda cu citate si imagini color -Redeseneaza-ti viata -Clara Toma	10,00 lei
Aschia nu sare departe de trunchi-J.A.Benoit	15,00 lei
Asculta,mananca si inceteaza sa controlezi –Lise Bourbeau	25,00 lei
Asculta-ti corpul in continuare- Lise Bourbeau	25,00 lei
Asculta-ti corpul,prietenul tau cel mai bun-Lise Bourbeau	25,00 lei
Aura umana- Swami Panchadasi	7,00 lei
Basmul in gradinitele Waldorf- N.Avramescu	22,00 lei
Buburuza Ruza si ciupercuta Cuta-Clara Toma	3,00 lei
Carte despre bradut- Claudia si Daniel Beimel	8,00 lei
Carte despre curcubeu-Clara Toma	8,00 lei
Ce este karma?-Paul Brunton	14,00 lei
Cele 5 rani- Lise Bourbeau	20,00 lei
Cine esti tu?-Lise Bourbeau	25,00 lei
Comunicarea nonverbal-Clara Toma	10,00 lei
Comunicare relationala pe intelesul celor mici-J.Salome	15,00 lei
Confesiune- Clara Toma	6,00 lei
Corpul tau spune iubeste-te- Lise Bourbeau	20,00 lei
Credeam ca este de ajuns sa te iubesc- J.Salome	20,00 lei
De ce este atat de dificil...- J.Salome	25,00 lei
Despre angajament si responsabilitate-Lise Bourbeau	16,00 lei
Despre emotii, sentiment si iertare-Lise Bourbeau	16,00 lei
Despre frici si credinte-Lise Bourbeau	16,00 lei
Despre relatiile intime-Lise Bourbeau	16,00 lei
Despre relatiile parinti copil-Lise Bourbeau	16,00 lei
Despre senzualitate si sexualitate-Lise Bourbeau	16,00 lei
Dorinta intre magie si realitate-A. Lucian	22,00 lei
Educa-ti copilul cunoscand trasaturile sale psihoastrologice--Cristiana Levitchi	15,00 lei
Elogiul casatoriei-C.Singer	15,00 lei
Este bine pentru tine prin terapii alternative	15,00 lei
Exprimari in alb si negru-Clara Toma	10,00 lei
Fabule -Esop	6,00 lei
Fericirea se poate-Clara Toma	16,00 lei
Fericiti cei care comunica- J.Salome	15,00 lei
Ganduri puse-n randuri-Clara Toma	6,00 lei
Inimioara si ursuletul zambitor-Clara Toma	6,00 lei
Imbunatateste-ti relatia cu tine si cu ceilalti prin psihoastrologie-Cristiana Levitchi	15,00 lei
Istorii cu parfum de leandri-Cristiana Levitchi	7,00 lei
Istorii la o cafea cu ciocolata-Cristiana Levitchi-Cristiana Levitchi	7,00 lei
1Istorii la umbra unor castele-Cristiana Levitchi	7,00 lei
Iti multumesc, Dumnezeul meu-Lise Bourbeau	29,00 lei
Iubire, iubire, iubire-Lise Bourbeau	25,00 lei
Iubirea e una-Clara Toma	6,00 lei
Jurnalul bucuriilor marunte-Clara Toma	10,00 lei

Jurnalul meu de bebelus- Clara Toma	15,00 lei
La capatul tramvaiului 44-Clara Toma	18,00 lei
Lumea astral-S.Panchadasi	6,00 lei
O viata pentru a vorbi despre noi insine- J.Salome	23,00 lei
Patania puiului de caprioara-Liliana Ali	3,00 lei
Pentru o viata mai linistita alege sa nu controlezi chiar totul-Ch.Chaille	15,00 lei
Piti la munte si la mare-E.Casandra	3,00 lei
Poezii fara titlu-D.Beimel	5,00 lei
Povesti despre rataciri, povesti despre sperante-J.Salome	23,00 lei
Povesti pentru a iubi, povesti pentru a te iubi-J.Salome	24,00 lei
Povesti pentru a ne vindeca, povesti pentru a creste- J.Salome	23,00 lei
Realitatea finala-Balogh Bela	20,00 lei
Secretul succesului-W.Atkinson	10,00 lei
Si daca am fi noi insine cine ar suferi?- J.Salome	25,00 lei
Si Dumnezeu poarta negru uneori	15,00 lei
Stiinta de a deveni bogat-J.Allen	10,00 lei
Joc in doi pentru amandoi (ghid) -Cristiana Levitchi, Clara Toma	8,00 lei
Traind cu cei apropiati- J.Salome	19,00 lei
Traind cu ceilalti- J.Salome	19,00 lei
Traind cu tine insuti- J.Salome	19,00 lei
Un an de constientizari prin metoda Asculta-ti corpul-Lise Bourbeau	25,00 lei
Versuri si jocuri in ritmuri, de-a lungul anului-N.Avramescu	22,00 lei
Vocea interioara-R.Stanciulescu	14,00 lei
Vorbe fara glas-Cristiana Levitchi, Clara Toma	20,00 lei
Un dar pentru starea ta de bine- Clara Toma	20,00 lei

Despre bani si abundenta-Lise Bourbeau	16,00 lei
Despre iluzii, mituri-Cristiana Levitchi, Clara Toma	20,00 lei
Iubirea ingredientul magic-Alexandru Toma	5,00 lei
Marele Dictionar al blilor si afectiunilor. Cauzele subtile ale imbolnavirii-Jacques Martel	60,00 lei
Timpul iubirii-calendar perpetuu pentru aniversari si sarbatori	5 LEI
Saculeti cu vorbe de duh (seturi de 12 carti postale si felicitari cu imagini si citate ambulate in saculeti de cadou)	5 lei
Vorbe de duh...de daruit (ravase cu citate , ambalate original)	5 lei
Felicitari cu imagini si citate	1 leu
Carti postale cu imagini florale si din natura	0,50 lei

Detalii despre aceste publicații găsiți pe www.edituraascendent.ro
Puteîi comanda pe e-mail office@edituraascendent.ro
sau la telefon 0747085371.

OFERTĂ!!!

Pentru comenzile adresate Editurii Ascendent
încăpând cu 1 octombrie 2012,
beneficiați de un CADOU la FIECARE CARTE comandată.

Cadourile sunt alese de Editura și constau în reviste de dezvoltare personală (numere de colecție), seturi de cărți poștale cu citate, agende sau cărți. Cadourile se trimit garantat, odată cu cărțile comandate.

Pentru comenzile de peste 100 lei, costurile de expeditie sunt suportate de Editura Ascendent. Pentru comenzi de valoare mai mica, taxele de expediție în valoare de 15 lei se suportă de către cumpărător.
Livrarea către dvs se face prin curier rapid,
în maxim 3 zile de la plasarea comenzii.

Vă invităm să lecturați pasaje din cartile Editurii Ascendent pe www.cartideschise.wordpress.com .

Așteptăm pe acest blog părerile dumneavoastră despre cărțile citite .